

ESTUDIO DE CASO UNICO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA - PROFUNDIZACIÓN CLÍNICA

JULIAN CASTRO RENGIFO

UNIVERSIDAD DEL NORTE
DIVISION DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
MAESTRIA EN PSICOLOGIA
BARRANQUILLA - COLOMBIA

**LA DESRESTRICCIÓN NOOLÓGICA COMO RECURSO ANTE UN CASO DE
AGRESIVIDAD**

AUTOR

JULIAN CASTRO RENGIFO

Nota del autor:

**Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Maestría en
Psicología con Profundización Clínica, bajo la tutoría del Dr. Wilmer Palomares**

UNIVERSIDAD DEL NORTE

BARRANQUILLA – COLOMBIA

2016

Dedicatoria

A mi Dios y Señor, quien es el primero en todo y siempre ha patrocinado sobrenaturalmente mis deseos de preparación.

A mi consultante “José”, con quien tuve un encuentro terapéutico que me permitió pulir mi arsenal logoterapéutico e inspiró a seguir obteniendo sentido de vida al ver a otros encontrarlo.

A mi esposa Raquel a quien amo y de la cual he recibido apoyo en todas las maneras posibles en este peldaño formativo.

A mi hijo Juan Sebastián, a quien amo y que es motor de mis esfuerzos y sueños, y a quien deseo ver estudiando lo que le apasione...

¡Mil gracias!!!

Resumen

A continuación, se presenta un trabajo investigativo, como requisito para optar al grado en la Maestría en Psicología – profundización clínica de la Universidad del Norte. Perteneció a la modalidad de estudio de caso único, basada en un proceso de psicoterapia dirigido a un hombre adulto de 40 años que acude a terapia exponiendo dificultades por su carácter agresivo. El trabajo se adhiere a la investigación cualitativa, tomando el mismo consultante en un periodo de tiempo y examinando los verbatim de los encuentros terapéuticos con el objetivo de responder a la pregunta: *¿Qué relación existe entre los rasgos de personalidad agresiva y la restricción de recursos psicológicos a partir de la experiencia del consultante?*

El abordaje se fundamenta en un enfoque fenomenológico - existencial, y en especial la perspectiva logoterapéutica de Viktor E. Frankl. Por tanto, el lector encontrará la justificación del estudio, la descripción del área problemática, las preguntas orientadoras del estudio, el marco conceptual de referencia, la metodología de la investigación, los resultados del análisis de las sesiones llevadas a cabo entre el consultante y el terapeuta; y finalmente, las conclusiones y recomendaciones específicas.

El consultante, que durante el desarrollo del trabajo se conocerá como “José”, llega a consulta remitido por vicerrectoría académica de la institución donde adelanta sus estudios superiores, debido a un malestar que le ocasionan sus dificultades de relación interpersonal por su conducta agresiva. El estudio muestra las características de la relación establecida en el encuentro entre el consultante y su psicólogo tratante, el cómo el consultante encara su pregunta por el sentido de vida y el papel que juega la desrestricción psicológica descrita por Frankl, en lo que se refiere a lograr la modificación de actitudes que le permita la autorregulación y el autocontrol de emociones para una vida con sentido.

Palabras claves: agresividad, desrestricción psicológica, vacío existencial, estilo de personalidad agresivo.

Abstract

Following an investigation, mode single case study, based on a process of psychotherapy aimed at an adult man of 41 years who goes to therapy exposing their aggressiveness difficulties presented. As such, the study adheres to qualitative research, taking the same consultant in a period of time and examining the verbatim therapeutic encounters in order to answer the question: What is the relationship between aggressive personality traits and noológica restriction of resources from the questioner experience?

The questioner, that during the development work will be known as Joseph, comes to see submitted by Academic Dean of the institution where higher education forward because of a malaise that cause interpersonal difficulties for their aggressive behavior. The study shows the characteristics of the relationship established in the meeting between the consultant and the treating psychologist, how the consultant faces his question about the meaning of life and the role of noológica desrestricción described by Frankl, as regards achieve changing attitudes that will allow self-regulation and self-control of emotions for a meaningful life.

Keywords: aggressiveness, noológica desrestricción, existential emptiness, passive aggressive personality style.

TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN.....	8
2. JUSTIFICACIÓN	9
3. ÁREA PROBLEMÁTICA	10
3.1 Preguntas orientadoras iniciales	11
4. MARCO CONCEPTUAL DE REFERENCIA	12
4.1 Visión Antropológica y del Mundo en el Sistema Logoterapéutico	12
4.1.1 Imagen del hombre: Ontología /Antropología Dimensional	13
4.1.1.1 Leyes de la ontología dimensional.....	17
4.1.2 Teoría de la Noodinamia	19
4.1.2.1 Características de la Espiritualidad Humana	21
4.1.2.2 Principios Filosóficos de la PCS.....	24
4.1.2.3 La Triada Neurótica de las Masas	27
4.1.3 Teoría del Enfermar	30
4.1.3.1 Recursos Noéticos: La manifestación espiritual de la persona	30
4.1.3.2 Procesos de restricción noética	35
4.1.3.2 La Agresividad como una Estrategia de Afrontamiento	38
4.1.4 Teoría del Cambio.....	42
4.2 Una mirada Existencial a la Personalidad.....	45
4.2.1 Modos de ser - personalidad.....	45
4.2.1.1 Estilos y trastornos de la personalidad	46
5. METODOLOGÍA	52
7.1 Enfoque Metodológico: Histórico - Hermenéutico.	52
7.2 Diseño de la investigación: Cualitativo	53
7.3 Tipo de investigación ^[1] _{SEP}	53
5.4 Técnicas de investigación	53
5.5 Identificación de la población participante (Historia Clínica del consultante).	54
5.5.1 Datos generales	54
5.5.3 Examen de estado mental.....	54
5.5.4 Datos Familiares y Genograma.....	55
5.5.5 Debilidades de la historia.....	56
5.5.6 Dificultades actuales	57
5.5.7 Evaluación por áreas	57
5.5.8 Evaluación del nivel de restricción noológica.....	58

5.5.9	Actividad y Pasividad (Estrategias de Afrontamiento)	61
5.5.10	Diagnóstico Alternativo	61
5.5.11	Iatrogenia e hiperreflexión	62
5.5.12	Diagnóstico Interactivo e Integrativo de los Datos	62
6.	PROCEDIMIENTO PARA EL ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	64
6.1	Definición de las Categorías de Análisis	65
7.	RESULTADOS.....	67
7.1	Categoría de análisis: Agresividad.....	67
7.1.1	Subcategoría: Agresivo	67
7.2	Categoría de análisis: Agresividad.....	73
7.2.1	Subcategoría: Defensiva	73
7.3	Categoría de análisis: Recursos Noéticos	75
7.3.1	Subcategoría: Autocomprensión	75
7.4	. Categoría de análisis: Recursos Noéticos	80
7.4.1	Subcategoría: Autorregulación	80
7.5	Categoría de análisis: Recursos Noéticos	83
7.5.1	Subcategoría: Autoproyección	83
7.6	Categoría de análisis: Recursos Noéticos	84
7.6.1	Subcategoría: Restricción de la expresión de los recursos	84
7.7	Categoría de análisis: Vacío Existencial	85
7.7.1	Subcategoría: Vacío	85
7.8	Categoría de análisis: Vacío Existencial	87
7.8.1	Subcategoría: Inseguro.....	87
8.	CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN.....	88
	BIBLIOGRAFÍA	93
	ANEXOS	95

1. INTRODUCCIÓN

Desde el origen del estudio del comportamiento humano, ha estado presente la inquietud por la actitud y acción violenta del ser humano hacia sus congéneres. Así mismo, múltiples escuelas de pensamiento y teóricos han afirmado la noción de la existencia connatural al ser humano de la violencia (consideración genetista); y también, para quienes el fenómeno violento es tomado como mera impulsividad o un modo reactivo que se activa de manera social (consideración ambientalista).

Si bien, la tendencia agresiva acompaña al ser humano desde los albores de la humanidad, diversos enfoques teóricos explicativos admiten que la conducta agresiva es un comportamiento multicausal, que está influenciado por diferentes factores: lo social, lo cultural, lo genético y lo biológico, lo familiar, y lo individual. Sin embargo, la presente investigación recogerá una perspectiva que enfatiza el factor típicamente humano, como lo es la espiritualidad, y más concretamente la espiritualidad inconsciente, según diría el fundador de la logoterapia Viktor E. Frankl. El autor observa que es en la dimensión espiritual donde el ser humano posee recursos e infinitas posibilidades en las cuales puede estar afincado su accionar libre y responsable; y por demás, su oposición facultativa a las tendencias agresivas. En palabras del mismo Frankl, “esta postura, fruto del antagonismo psiconoético facultativo, lleva al hombre a tomar refugio en la dimensión espiritual y así tomar distancia, monitorear y regular los procesos emotivos y cognitivos, en otras palabras, es la capacidad de ejercer autoconciencia” (Frankl V. E., 1992)

A continuación, se desarrolla el estudio cualitativo de caso único en tres partes: un primer bloque en el cual se plasma la intención del investigador los lineamientos conceptuales de referencia y la formulación del caso clínico objeto de análisis. Posteriormente, se dan a conocer las preguntas orientadoras, así como la metodología de la investigación y los resultados del análisis del caso, desde la descripción de los desarrollos

obtenidos a través de la relación terapéutica. Finalmente, se presentan las conclusiones del trabajo.

2. JUSTIFICACIÓN

El presente estudio de caso único es importante para el avance del estado de arte de la psicoterapia, en cuanto representa un método de intervención que brinda una respuesta efectiva a las problemáticas relativas a la conducta agresiva, empleando para ello el despliegue de recursos que están en la persona, gracias a la potencia representada en su dimensión espiritual, descrita por Viktor Frankl en términos de recursos, como son el autodistanciamiento y la autotranscendencia.

Teniendo en cuenta que, al tratarse de un caso único, sus resultados no serán por obvias razones, generalizables, no obstante, sí adquiere importancia desde el punto de vista de los resultados de la psicoterapia centrada en el sentido y su más alto cometido, la rehumanización de la psicoterapia.

En esta vía, el presente trabajo se adentra en la relación existente entre los recursos personales y la vulnerabilidad y fragilidad reconocidos en el género humano. La instintividad humana, que lleva consigo la conducta agresiva, como si se tratara de un mal de la época, puede encontrar su redención en la libertad y responsabilidad humana; y es precisamente en ese contexto que esta propuesta describe relaciones, analiza categorías intervinientes en el fenómeno, con la esperanza puesta en dar alivio al vacío existencial que es parte del escenario al cual la filosofía, psicología y, en parte, las ciencias sociales deben responder.

Además, este estudio retoma una discusión bizantina sobre la conducta agresiva; estimula a terapeutas a mantenerse en la lucha, en el talante de Frankl cuando afirmara el no perder la fe inquebrantable en el espíritu humano. En otras palabras, esta propuesta no concluye con desdén con el determinismo de que el ser humano es solo eso y eso es, en el caso de la impulsividad agresiva, sino que eleva al nivel decisorio en el que finalmente el ser humano es ser actuante y capacitado para reeditar sus respuestas, e incluso oponerse a lo que ha sido su historia y biografía personal.

3. ÁREA PROBLEMÁTICA

Hace más de cinco décadas el padre de la Logoterapia, Viktor Frankl, ya vaticinaba que “la gran enfermedad de nuestra época es la falta de rumbo, el hastío y la falta de sentido y finalidad”, a lo cual el mismo denominó como consecuencia de un profundo y generalizado vacío existencial.

En psicoterapia Frankl describió las neurosis que tiene una caracterización puramente existencial y las denominó neurosis noógenas. La Logoterapia precisamente se ocuparía de tal abordaje, pues como sintomatología los pacientes enfrentaban carencia de sentido, vacío existencial, falta de interés y falta de iniciativa. A partir de allí, Frankl mismo señaló tres factores principales - conocidos para algunos como "la triada mortal"-: agresión, depresión y adicción, sea ésta al licor, a las drogas o al sexo.

En el caso primero, la agresión, desde antes de Frankl, y ahora después de Frankl, la morbimortalidad asociada es drásticamente elevada. Para Colombia, por ejemplo, el Instituto Nacional de Salud¹ informó que “en 2012 las lesiones interpersonales (que incluyen violencia interpersonal y daño auto infligido), fueron la segunda causa de muerte, solamente superada por las enfermedades cardiovasculares y circulatorias. En términos de mortalidad evitable, el grupo de lesiones intencionales correspondió a la primera causa de muerte evitable en Colombia”. También en un país como este la violencia se encuentra asociada a factores sociales como el desempleo, la desigualdad de ingreso, el rápido cambio social y el acceso a la educación, los cuales se deben intervenir por medio de políticas públicas que reduzcan inequidades sociales. Esto no desmiente la necesidad de contención del fenómeno por medio de la atención psicoterapéutica, y en lo posible, en la formación de asesores y cuidadores que hagan atención con elementos logoterapéuticos.

Por las condiciones anotadas, indagar sobre el fenómeno de los estilos de personalidad agresiva y su posible evolución en trastornos de personalidad como el sádico,

¹ Boletín No. 4 de octubre de 2014 - Muertes por Violencia en Colombia. <http://www.ins.gov.co/lineas-de-accion/ons/boletin4/interactivo/index.html> (consultado octubre /16)

el antisocial y el fronterizo, que mayormente guardan estrecha relación con conductas agresivas, es de capital importancia; y por eso parece relevante la pregunta si es la desrestricción noológica, como lo plantea la logoterapia, un camino para la atención y prevención de conductas de riesgo en una persona con estilo de personalidad agresiva?

3.1 Preguntas orientadoras iniciales

De manera más descriptiva el estudio de caso único responde a una pregunta principal:

¿Qué efectos terapéuticos pueden evidenciarse al favorecer la desrestricción de los recursos noológicos en el consultante con trastorno de personalidad pasivo-agresiva?

Otras preguntas de orden secundario que igualmente orientan la investigación son las siguientes:

- *¿Es el logro de autodistanciamiento y sus correlatos de autocomprensión, autorregulación y autoproyección el indicador de cambio más pertinente en el abordaje terapéutico del consultante?*
- *¿Es la desrestricción noológica un camino para la atención y prevención de conductas de riesgo en una persona con estilo de personalidad pasivo-agresiva?*

4. MARCO CONCEPTUAL DE REFERENCIA

Cada día es más común advertir que la Logoterapia está siendo reconocida como una perspectiva de intervención terapéutica que sienta las bases de la Psicoterapia Centrada en el Sentido - PCS (Martínez Ortiz, 2013). El aporte significativo de autores como Martínez, entre otros, radica en que se logre sistematizar la obra de Viktor E. Frankl para la psicología; y específicamente, para la psicoterapia, lo cual, a su vez, facilita la exposición de los fundamentos teóricos de la Logoterapia y su especificidad antropológica, notable contribución para el lector de este estudio de caso único.

4.1 Visión Antropológica y del Mundo en el Sistema Logoterapéutico

Elizabeth Lukas, citada por (Noblejas de la Flor, 1994), afirma que la logoterapia es una psicoterapia centrada en el sentido "... y, como tal, quiere prestar una ayuda en su lucha por el sentido, quizás la más humana de todas las aspiraciones humanas". En consonancia, y a propósito de las aspiraciones humanas, es preciso puntualizar la concepción de hombre y de mundo presentes en el sistema logoterapéutico.

Este sistema es un modelo psicoterapéutico con una estructura organizada, cuyos elementos serían:

- Una visión antropológica y del mundo específica,
- Una concepción original de los trastornos psíquicos,
- Unas técnicas terapéuticas coherentes con tal visión y concepción.

A este primer elemento de visión antropológica y del mundo se referirá la argumentación conceptual que se presenta a continuación.

4.1.1 Imagen del hombre: Ontología /Antropología Dimensional

En principio, y gracias a los postulados filosóficos de Martin Heidegger, Frankl acoge la diferenciación entre los términos óntico y ontológico, la cual puede ser operacionalizada de la siguiente forma: “Lo óntico se refiere al ente, aquello que es estudiado por las ciencias positivas, las cuales se ocupan de las regiones esenciales de ese ente. Así entonces, lo óntico es sinónimo de lo esencial y por lo tanto de lo no histórico. Lo ontológico, en cambio, se ocupa del ser del ente, esto es, de aquello que hace que el ente sea ente (Etchebere, 2009).

Por supuesto, a partir de esta claridad, la filosofía contaría con un cambio de paradigma significativo. Por mucho tiempo las ciencias se interesaban por la esencia de las cosas, incluida la esencia del ser humano. Pero a partir de los planteamientos revolucionarios de los filósofos existenciales, se afirmaría que es la existencia la cual precede a la esencia. Y para explicar la existencia, Frankl descompondrá el término así: *existir* que quiere decir “salir de sí”; y agrega, “el hombre sale al encuentro de sí mismo en la medida en que él en cuanto persona espiritual sale al encuentro de sí mismo, en cuanto organismo psicofísico” (Frankl V. E., 1994a).

Esta perspectiva de la espiritualidad, o como diría Frankl, de lo espiritual, es central en su pensamiento y va en la misma dirección de algunas tradiciones cristianas, a partir de las cuales la espiritualidad no es otra cosa que el “modo de ser del espíritu”. Esto quiere decir que asumiendo que en principio Dios es un ser espiritual y ha tomado la iniciativa de salir de sí mismo para crear al hombre, ha tomado la iniciativa de habitar en la humanidad sin dejar de ser Dios. Esta perspectiva asume a su vez una doble polaridad, o una doble posibilidad: ve la antropología del hombre como búsqueda de esta humanidad como salida de sí mismo (así como Dios mismo lo ha hecho). En otras palabras, la existencia humana sería una dialéctica: *o salir de sí, o buscarse a sí mismo*. Si es por lo primero, el ser humano

le da sentido a la vida; mientras que, si se busca a sí mismo o recoge para sí mismo, lo que hace es frustrarse (Baena, 2011).

La ontología dimensional de Frankl resuena con estos planteamientos, lo cual es perfectamente posible, dado a que el autor ha transitado el pensamiento de filósofos teístas como Nicolai Hartmann, Martin Buber y Max Scheller. Sin embargo, Frankl intenta proponer un sistema psicoterapéutico que recupere lo espiritual, pero que lo ubique en su justa medida para evitar el determinismo; esto es, evitando caer en un espiritualismo.

Diferenciar lo óntico de lo ontológico cobra vital importancia cuando se introduce el tema de lo espiritual. Así, se afirma por ejemplo que la ontología dimensional debe ser entendida en una doble acepción: La primera como un método, como modo de acceso a la realidad “hombre”. En eso real del hombre se encuentran diferentes dimensiones que se pueden denominar *dimensiones ónticas*, cada una de las cuales trata de un aspecto o dimensión del hombre (bien sea la somática, la psicológica, la social; e incluso, la espiritual); aunque solo desde lo óntico se tiende a disgregar al hombre. En otras palabras, tiende a monopolizarse la visión del hombre. No obstante, se requiere ver la diversidad en la unidad del hombre, pero esta unidad no puede ser óntica, sino fundamental, es decir, ontológica. Hemos llegado a la segunda acepción, la ontológica, en esta dimensión el hombre es humano y desde allí se pueden ordenar las otras dimensiones para que hablen de lo humano del hombre; y, de hecho, para que se pueda plantear la pregunta por el ser, no por su esencia, sino por su existencia (Etchebere, 2009).

Así las cosas, Frankl mismo introduce un ejemplo importante para concretar el valor ontológico de la dimensión espiritual. Presenta la esencia del ser espiritual en su posibilidad de “estar con” otro ser. Este ‘estar con’ no se da de forma espacial, sino ontológica. Y el ejemplo propuesto es el siguiente: “si yo pienso en mi hermana residente en Australia, estoy ‘en espíritu’ con ella, es decir, mi espíritu ‘está con’ mi hermana; esto es falso, si lo que afirmo es que mi espíritu ‘está en Australia’ con mi hermana; la afirmación verdadera es que mi espíritu ‘está con’ mi hermana en Australia. En otras palabras: sólo mi hermana,

sólo este estar-allí óntico admite una afirmación espacial; pero el hecho ontológico de mi estar presente en espíritu puede formularse en términos espaciales”.

Para Frankl el hombre es el sujeto en su totalidad tridimensional. El hombre participa del ser de tres formas: física (también llamada biológica o somática), psíquica (o anímica) y noética (espiritual o noológica). En palabras del mismo Frankl retomado por (Noblejas de la Flor, 1994): “Tres son las dimensiones propias del hombre: la somática, la psíquica y la espiritual, esta última puede llamarse también noética”. Aquí el autor apela a un término, tal vez más neutral en lo que a ciencia se refiere y a cambio del “espiritual”, basándose en la concepción griega del “nous”, la parte más elevada o “divina” del alma.

Esta ontología dimensional hace que el ser humano no se desdoble en tres, como si estuviera “compuesto” de cuerpo, alma y espíritu, sino que contempla estas tres dimensiones como inseparables. Aunque son tres dimensiones fundamentalmente distintas y, por tanto, ontológicamente hay que separarlas, unas a otras se pertenecen a sí mismas en lo que se refiere al ser-hombre (Frankl V. E., 1964).

A la dimensión somática se adscriben la vida orgánica y la reproducción, mientras que a la psíquica, los instintos y condicionamientos, las sensaciones y los sentimientos o estados anímicos; por su parte, de la dimensión espiritual son propias las voliciones, decisiones, actitudes, etc., en definitiva, la libertad y responsabilidad, el conocer, decidir y realizar las posibilidades de sentido de la vida (Chiquirín (1987) y Lukas (1983) citados por (Noblejas de la Flor, 1994). Esta última dimensión es la que caracteriza al hombre como tal, la única que esencialmente le pertenece, mientras que se acepta que un animal también es un ser psicosomático, mas no espiritual.

Elisabeth Lukas (1983) citada por (Noblejas de la Flor, 1994) , presenta un esquema de la triple dimensión del hombre (ver Figura 1), aspectos que relaciona con peldaños cualitativos: en el inferior (nivel biológico) se adscribe “la vida”, en la que coincide la esencia de la planta, el animal y el hombre; al nivel intermedio o psicológico corresponde

“el sentir”, lo cual es propio de la esencia de los animales y de los hombres; por último, en el nivel superior o noético se sitúa “el querer”, atributo que sólo el hombre posee.

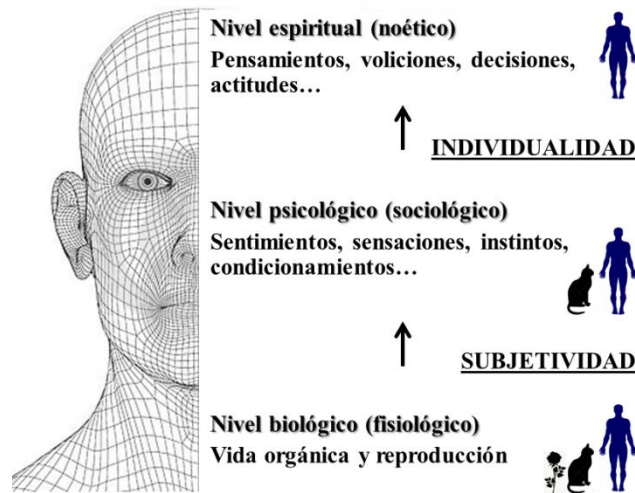


Figura 1. Los Tres Niveles Del Ser Del Hombre, diferenciados por sus cualidades esenciales

Frankl prefiere hablar, más que de diferencia cualitativa entre lo humano y lo subhumano, de una diferencia dimensional. La ventaja de esta terminología estriba en que una dimensión superior incluye siempre a la inferior. Los términos “superior” e “inferior” no son términos valorativos, sino que indican mayor o menor comprehensividad. Así, una dimensión superior es comprehensiva de una inferior (la incluye), “eliminándola” y “guardándola” simultáneamente.

Visto esto con mayor detenimiento, es justo a lo que el autor llama *enfoque ontológico-dimensional*, o entiéndase, una *antropología dimensional*, la cual permite salvar la continuidad de un fenómeno con los otros (de unos “peldaños” a otros), a pesar de la especificidad del fenómeno de dimensión superior. Por ello, Frankl define al hombre como “una unidad a pesar de la variedad”. Existe una unidad antropológica a pesar de las diferencias entre las diversas clases de ser. Esta es la marca característica de la existencia humana.

Para explicar mejor esta ontología dimensional, Frankl se apoya en analogías geométricas, formulando dos leyes, como se describe a continuación.

4.1.1.1 Leyes de la ontología dimensional

- La primera ley de la ontología dimensional (Figura 2) dice así:

“Si sacamos de su dimensión un objeto y lo proyectamos en diversas dimensiones que sean inferiores a su propia dimensión, toma figuras tales que se contradicen entre sí. Por ejemplo, si sacamos del espacio tridimensional un vaso, geoméricamente un cilindro, y lo proyectamos a los planos bidimensional lateral y de la base, entonces obtendremos, en un caso un cuadrado y en el otro un círculo”.

(Frankl V. E., 1978)

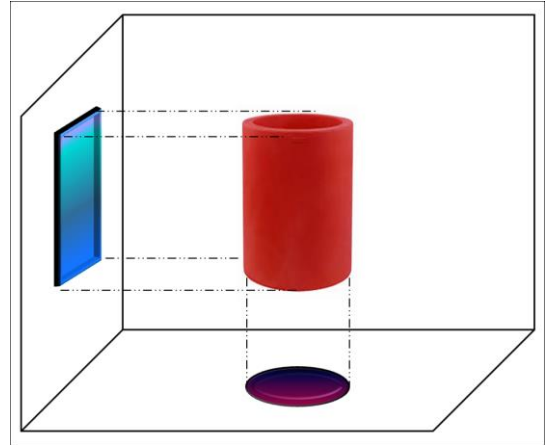


Figura 2. Primera Ley de la Ontología Dimensional

Esta ley, por ejemplo, es empleada por Frankl para recalcar la necesidad de tener una visión amplia del ser humano y no reducirlo a alguna de sus dimensiones. Entiéndase de la siguiente manera:

“si reducimos al ser humano sacándolo de su dimensión específicamente humana y lo proyectamos a los planos de la biología y la psicología, forma imágenes que se contradicen entre sí. La proyección sobre el plano biológico da fenómenos somáticos, mientras que la proyección sobre el plano psicológico da fenómenos psíquicos. Sin embargo, esta contradicción, teniendo en cuenta la ontología dimensional, no lesiona la unidad del hombre, al igual que el contraste entre el círculo y el cuadrilátero no contradice la realidad de que se trata de dos proyecciones de un mismo cilindro. Igual que no se puede decir que un vaso está compuesto por un

cilindro y un rectángulo, así tampoco el hombre “se compone” de cuerpo, alma y espíritu. Es todo esto unitariamente”. (Noblejas de la Flor, 1994)

En otras palabras, la primera ley previene contra la tendencia reduccionista de ver al hombre solo desde la perspectiva somática, o solo desde la perspectiva psicológica de manera separada, lo cual significaría una abierta contradicción ya que el hombre no se puede dividir, es decir, es una unidad en la diversidad dimensional. Dicho de otra forma, la unidad del hombre debe buscarse en la dimensión noética o espiritual, que no sería otra cosa que el núcleo más interno del hombre, su “sí mismo”. Lo corporal necesita de lo psíquico para su realización y, finalmente, de lo espiritual para su realización plena. En palabras del mismo autor (Frankl V. E., 1987): “Lo corporal es simple posibilidad... Como tal está abierto a lo que sea capaz de realizar esa posibilidad. En ese sentido lo somático está abierto a lo psíquico..., lo psíquico (o anímico) a lo espiritual. (...) Si algo corporal es ‘posible’, es ‘realizado’ psíquicamente porque es una ‘necesidad’ espiritual”.

También es preciso exponer la segunda ley de la ontología dimensional (Figura 3), que presenta el padre de la logoterapia de la siguiente manera:

“Si sacamos de su dimensión (no uno sino) diversos objetos y los proyectamos (no en diversas dimensiones sino) en una sola dimensión, inferior a la dimensión original, se forman figuras que (no se contradicen entre sí, sino que) son ambiguas. Si, por ejemplo, proyectamos un cilindro, un cono y una esfera sobre el plano bidimensional de la base, sacándolos de su espacio tridimensional, obtenemos en los tres casos un círculo. (Frankl V. E., 1978)

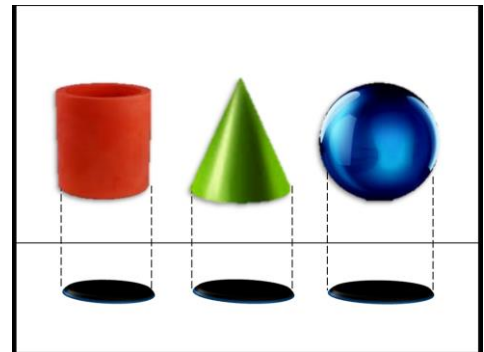


Figura 3. Segunda Ley de la Ontología Dimensional

Esta segunda ley explica la singularidad del ser humano y de cómo al examinarlo desde un plano inferior al que le es propio (el distintivamente humano, esto es, espiritual), solo dará a luz una ambigüedad. Por ejemplo, que alguien afirme, “aquí ustedes verán un grupo de personas con limitaciones visuales, en seguida a un grupo de limitados físicos; y a su lado, un grupo de personas con dificultades cognitivas”, emite un mensaje que es ambiguo, ya que no permite ver la singularidad de cada persona, es decir son una categoría, mas no un conjunto de personas que han desarrollado diferentes habilidades, por lo que bien se hablaría de dif-capacidades. Es perfectamente aceptado hoy por la comunidad científica que la discapacidad es un factor mayormente relativo, tomando en cuenta las competencias que las personas han desarrollado con eficacia pero que son invisibilizadas por las limitaciones presentes.

4.1.2 Teoría de la Noodinamia

En opción a la psicodinamia, derivada del pensamiento analítico de Freud, Frankl plantea la noodinamia. La primera de estas hace parecer el psiquismo a un mecanismo altamente controlado en virtud a una economía de impulsos y fuerzas corrientemente gobernadas por la parte indómita del hombre, esto es, el inconsciente. En consecuencia, Frankl apela a lo distintivamente humano que hay en el hombre: lo espiritual que se ampara en la libertad y la responsabilidad. Y así, dando por sentado lo *psico* (fáctico), que es innegable; transita más allá, evidenciando lo *noo* (del griego nous) en lo humano; a partir de lo cual, aunque se está condicionado psicológica y biológicamente, se está incondicionado en el plano noológico (facultativo).

Puede verse en adelante como esa capacidad o mirada facultativa de lo humano hace de la Logoterapia una psicoterapia de altura, superando el paradigma de la psicoterapia profunda (psicoanálisis); y, por cierto, uno de los reduccionismos antropológicos más presente en la psicoterapia: el psicologismo. Este psicologismo, ha sido enunciado por Frankl como “una tendencia de desvalorización de los contenidos espirituales eventuales de los actos psíquicos sometidos a su estudio” (Frankl V. E., 1978, pág. 39); o, dicho de otra

forma, que la validez o falsedad de ese contenido espiritual se deduzca del origen psíquico del acto como tal. A partir de aquí, la logoterapia intentará superar el psicologismo, rescatando el carácter distintivamente humano: lo espiritual.

Frankl opta por referirse no al “espíritu” como sustantivo, sino a “lo espiritual”, con adjetivo sustantivado; puesto que lo espiritual, aunque es real, no es una cosa, no es un objeto entre los objetos, sino lo subjetivo y fundante de la cosa hombre. Es decir que no pertenece a la dimensión óptica de la esencia, sino a la ontológica de la existencia (Etchebere, 2009).

Se plantean entonces algunos interrogantes para el caso que asiste a este trabajo de investigación: *¿puede en la dimensión existencial –espiritual el ser humano encontrar redención de su primaria tendencia agresiva? Y de serlo, ¿cómo acceder a ese “centro regulador” de manera consciente y motivada para el “despertar” de la conciencia por el otro, acudiendo al fundamento de la coexistencia pacífica y en términos de una intención explicada en términos Beberíamos, como el encuentro con el otro en una relación yo-tu?*

Para dar respuesta a los anteriores interrogantes, es preciso seguir describiendo la espiritualidad humana bajo la óptica existencial. Y es que precisamente, entendido como fuerza, lo espiritual se caracteriza como lo que puede oponerse o colocarse frente a/contra el organismo psicofísico. En palabras de Frankl, “Y precisamente designamos como espiritual en el hombre aquello que puede confrontarse con todo lo social, lo corporal e incluso lo psíquico en él” (Frankl V. E., 1994a). Así pues, en la persona, además del paralelismo psicofísico que antes considerábamos, existe el antagonismo psiconoético. Este antagonismo psiconoético se define como la capacidad que tiene el hombre de distanciarse de sí mismo en cuanto organismo psicofísico (capacidad de autodistanciamiento) y es lo que constituye a la persona espiritual como tal. Así, Frankl continúa diciendo: “Este autodistanciamiento de sí mismo en cuanto organismo psicofísico al fin de cuentas es lo que constituye la persona espiritual como tal, como espiritual y a la vez circunscribe el ámbito de lo humano como ámbito espiritual. Sólo cuando el hombre se confronta consigo mismo, lo espiritual y lo corporal-psíquico se separan” (Frankl V. E., 1994a).

Una primera clave para responder al interrogante inicial se puede advertir aquí en el planteamiento del autor: *Lo espiritual es lo que se confronta con lo social, corporal e incluso psíquico en el ser humano*. Y esa confrontación se puede designar como el virtual recurso para oponerse a la agresividad que batalla en lo social (modelo socio-cultural), o en lo corporal (modelo biológico –genético); e incluso lo psicológico (modelo psicosocial). Es decir, ¿cómo puede el ser humano confrontar su tendencia a ejercer la agresividad? A través del recurso del espíritu, o, dicho de otra forma, valiéndose de la posibilidad de separar lo espiritual de lo psicofísico. Para entender con certeza esa posibilidad se hace necesario continuar caracterizando la espiritualidad humana.

4.1.2.1 Características de la Espiritualidad Humana

Es por la espiritualidad que el hombre presenta los comportamientos específicamente humanos. Así, siguiendo a Bóschemeyer (1988) citado por (Noblejas de la Flor, 1994), podemos decir que, según la logoterapia, el espíritu es la capacidad, inherente a todo ser humano, de:

- Comportarse libremente y de forma responsable frente a las influencias internas y externas,
- Adaptarse y tomar postura ante lo que no puede cambiar,
- Reconocer fuera de sí mismo las formas de sentido que se le ofrecen en diversas situaciones y poder vivir el sentido.

La dimensión espiritual o noética no es una realidad tan abstracta como parece y aunque no sea una realidad óptica sino más bien ontológica, puede ser comprensible y además, necesariamente comprensible, pues la misma no es sólo la dimensión propia del hombre sino que es la dimensión específica del mismo (Frankl V. E., 1994a), citado por (Martínez O., 2011), la dimensión que lo diferencia e integra en una unidad múltiple que lo hace humano.

Otras características de lo espiritual se encuentran en la obra de Frankl, a saber:

- Lo espiritual es potencia pura (Frankl V. E., 1994a), no posee una realidad sustancial, es mera posibilidad de manifestación.
- Lo espiritual brinda unidad y totalidad a la persona humana, es la dimensión integradora que solo en un nivel heurístico puede verse separada de su organismo psicofísico (Frankl V. E., 1994a).
- Lo espiritual hace consciente lo estético, lo erótico y lo ético en una tensión fecunda de su propia intencionalidad (Frankl V. E., 1994a).
- Lo espiritual es autoconciencia (Frankl V. E., 1994a), es diálogo consigo mismo.
- Lo espiritual es doblemente trascendente en su intencionalidad y reflexividad (Frankl V. E., 1994b).
- Lo espiritual es el núcleo sano de la persona, la dimensión que no enferma (Frankl V. E., 1999).
- Lo espiritual ejerce presencia en sentido ontológico (Frankl V. E., 1994b), es un “estar junto a” que no se concibe en términos espacio-temporales.
- La dimensión noológica debe definirse como la dimensión en la que se localizan los fenómenos específicamente humanos (Frankl V. E., 2003).
- Lo espiritual es aquello que instrumentaliza al organismo psicofísico, utilizándolo como mecanismo de expresión (Frankl V. E., 1994a) (Frankl V. E., 1994b).
- Lo espiritual es el centro de recursos noéticos (autotrascendencia y autodistanciamiento).

A esta altura deben hacerse al menos dos apuntes sobre estas características que se encuentran en la fundamentación de la Logoterapia. Frankl presenta lo espiritual como un núcleo sano, una dimensión que no enferma; y, además, como la que instrumentaliza el organismo psicofísico, empleándolo como mecanismo de expresión. De acuerdo al primer planteamiento, hay una perspectiva esperanzadora para la humanidad que ha acarreado la enorme culpa por tener incubada la semilla de la agresión. Ya en otra parte Frankl ha predicho al referirse a la violencia lo siguiente:

“... En el hombre existen, por supuesto, impulsos agresivos, ya lo interpretemos como una herencia procedente de nuestros antepasados subhumanos o como algo

reactivo, con arreglo a las teorías psicodinámicas. Al nivel humano, sin embargo, los impulsos agresivos nunca existen per se en una persona, sino como algo con respecto a lo cual dicha persona ha de adoptar una actitud. Lo que importa es la actitud personal frente a los impersonales impulsos agresivos, más que los propios impulsos en sí” (Frankl V. E., 1994b)

Parece entonces al comparar estos planteamientos que la posibilidad de “adoptar una actitud”, desde el punto de vista humano frente a los impulsos agresivos descansa en recursos presentes en la dimensión específicamente humana: la noológica. En síntesis, se puede decir que esta especie de “inmunidad”, o más exactamente, de prevención, solo es reconocida por una psicología de altura (Logoterapia) y su metodología psicoterapéutica; pues a manos de la psicología profunda, le está, por así decirlo, vedado ejercer esta oposición al hombre, dada su característica reactiva ante la cual la represión resulta abiertamente impotente.

En una segunda apreciación, Frankl catapulta a la dimensión noológica con su posibilidad de instrumentalizar al organismo psicofísico, utilizando como medio de expresión. Esta es una creencia irrestricta en la capacidad humana, ciertamente no fundada en los sustratos biológico y psicológico, sino en la dimensión espiritual. Esta convicción en el hombre esta patentada en varias expresiones de Frankl; como, por ejemplo, “la fe inquebrantable en el espíritu personal, la fe ciega en la persona invisible, pero indestructible. Y si yo, señoras y señores, no tuviera esta fe, preferiría no ser médico” (Frankl V. E., 1994a)

Ahora bien, para entender la mirada antropológica de Viktor Frankl, bien puede iniciarse reconociendo los *tres pilares de la Logoterapia*, que lógicamente están permeados por la filosofía existencial de la época, esto en cabeza de personalidades como las de Max Scheller, Karl Jaspers, Martin Buber, Nicolai Hartmann, Martin Heidegger, entre otras. Como pilares de la Logoterapia se reconocen la *libertad de la voluntad*, la *voluntad de sentido*; y el *sentido de vida*.

4.1.2.2 Principios Filosóficos de la PCS

Se entiende por *Libertad de la Voluntad* el cómo la persona manifiesta su libertad, ya que, a pesar de ser finita en el organismo psicofísico, se antepone desde lo espiritual a esta finitud. Y en esto precisamente radica lo facultativo de la persona, en el poder de oposición ante los condicionamientos psicofísicos. En palabras del mismo Frankl, “justamente la logoterapia ha procurado explotar el antagonismo facultativo entre la existencia espiritual y la facticidad psicofísica. La logoterapia apela a la persona, a la facultad del espíritu de contraponerse a lo psicofísico, de resistirlo, a ese poder de resistencia del espíritu; a este poder recurre, a este poder se remite”. Es decir, la persona humana, puede decidir libremente sobre su vida gracias a una capacidad no poseída por ningún otro animal, una facultad específicamente humana: el *autodistanciamiento*. Este puede ser definido, tal como hemos indicado, como la capacidad que tiene el hombre de distanciarse no sólo del mundo, sino también de sí mismo. En palabras de Frankl, “El autodistanciamiento es la capacidad de poner distancia de las situaciones exteriores, de ponernos firmes en relación a ellas; pero somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos” (Frankl V. E., 1999).

Según Frankl, es una libertad frente a los condicionamientos:

- *los instintos*, el hombre posee instintos, pero estos no lo poseen a él.
- *la herencia*, lo cual es válido tanto para disposiciones hacia la enfermedad como para habilidades o talentos (la decisión de utilizarlos o dejarlos perder).
- y el *medio ambiente*, es decir, el hombre no depende unívocamente y únicamente del mundo circundante, sino que puede oponer la fuerza del espíritu a este influjo. Siempre tiene la libertad interior. (Frankl V. E., 1994a).

En otras palabras, los instintos condicionan al hombre, pero no lo determinan; es decir, no se trata de una libertad de los condicionamientos, sino de una libertad ante ellos. Puede decirse que por cierto el hombre a veces no es libre (es “arrastrado” por los impulsos). Sin embargo, cuando esto aparece es porque ha renunciado, libremente, a su libertad (se deja “arrastrar” por ellos, se ha sometido). No es libre fácticamente, pero sigue

siéndolo potencialmente. El hombre siempre puede decir “no” a los instintos y cuando dice “sí”, lo hace mediante el camino de una identificación con ellos. En esto se distingue del animal: el hombre cuando afirma un instinto “ha de identificarse” primero con él, mientras que el animal “es idéntico” a sus instintos. El hombre puede responder a sus instintos y su respuesta depende de su responsabilidad.

En referencia a la herencia, Fizzotti (1980) citado por (Noblejas de la Flor, 1994), afirma que, aunque las disposiciones están íntimamente ligadas al destino personal, sin embargo, son “ambivalentes”, pues según la decisión del individuo concreto pueden servir para realizar unos valores u otros (“vicio-virtud”, “valor-no valor”). Por otra parte, con respecto al medio ambiente, expresa que el hombre recurre a “circunstancias atenuantes” como el condicionamiento del ambiente, para escapar de la responsabilidad de la propia acción y para admitir la limitación efectiva de la propia libertad. Pero estos atenuantes son válidos sólo parcialmente. El condicionamiento resta al hombre libertad, pero no lo determina plenamente, sino que permanece plenamente libre en el sentido de estar confrontado con el condicionamiento.

Por otra parte, la *Libertad de la Voluntad* se sustenta en la responsabilidad, que no es otra cosa que la responsabilidad de la libertad a la que el hombre tiene acceso. El ser humano es responsable ante algo definido como la conciencia y ante alguien enmarcado en la capacidad específicamente humana de la *autotrascendencia*, esto es, al encuentro con el otro, o también encuentro con una dimensión trascendente. Viktor Frankl recuerda que, siguiendo el análisis existencial, el hombre es responsable de la realización del sentido y los valores (Frankl V. E., 1994a); es decir, que ante esos valores que le otorgan significado a la vida el hombre es responsable.

Frankl descubre que, en esta apertura al mundo, el hombre al interrogarse sobre el sentido de la existencia no ha de plantear él la pregunta del sentido, sino que el interrogado es el hombre mismo. Él es quien debe responder a las preguntas que su vida le va formulando. Así Frankl (1955) citado por (Noblejas de la Flor, 1994) nos dice: “...en último término no debe el hombre preguntar cuál es el sentido de su vida, sino que debe vivirse a

sí mismo como si la vida le preguntase. La vida le pregunta y él debe contestar a sus preguntas, haciéndose responsable de su vida”. Aquí estriba la responsabilidad humana: responder las cuestiones que la vida va planteando y realizar, así, el significado de la propia existencia.

Siguiendo esta línea de pensamiento, se encuentra la *Voluntad de Sentido*, en directa relación con la capacidad de autotranscendencia, es decir, aquello que faculta al hombre para apuntar más allá de sí mismo. Ya Frankl ha hecho referencia a la tendencia del hombre por verse hacia sí mismo, lo que anecdóticamente ha denominado “mirarse al ombligo”. Esta cualidad, específicamente humana es un corolario de la Logoterapia que supera con creces la visión psicodinámica; pero ¿por qué exactamente? Porque identifica cómo lo espiritual en el hombre está dado por su capacidad de salir de sí, hacia los demás, a un proyecto, a la misma divinidad, con tal que no sea el mismo, sino que esté por fuera de sí. A esto se debe agregar, de manera ineludible, que cuando el hombre no apunta hacia fuera de sí (con lo que logra un sentido), entonces tenderá hacia sí mismo, es decir, hacia su ombligo, encuentra frustración existencial. Y es esta lógica de explicar la frustración de la existencia, y cómo la búsqueda de sentido motiva primordialmente al hombre, que supera abiertamente la visión motivacional, a partir del placer, o a partir del poder, en las perspectivas de Sigmund Freud y Alfred Adler, respectivamente.

Una definición operativa de esta “voluntad de sentido” nos la da Fizzotti, citado por (Noblejas de la Flor, 1994), el cual la sitúa en “aquello” que se frustra en el hombre en el momento en que cae en el sentimiento de vacío y de falta de sentido.

Y a propósito, frente al postulado del *Sentido de Vida*, bien cabe decir que se encadenan los conceptos precedentes, como son, la libertad de la voluntad y la voluntad de sentido. Dicho de otra forma, la libertad de la voluntad es una libertad que permite la búsqueda de significado y sentido, lo que Frankl solía llamar la voluntad de sentido, o sea, una fuerza motivacional que conduce al sentido. El mismo autor recalcó el hecho de que cada persona estaría ante un sentido concreto, en medio de situaciones concretas, ante lo cual le es necesario responder; por lo cual enunció que “el sentido de la vida existe en todo momento y bajo cualquier circunstancia, que el hombre es libre para buscarlo y que esa

tensión entre lo que es y lo que debe ser lo motiva para encontrarlo” (Martínez Ortiz, Manual de Psicoterapia con enfoque logoterapéutico., 2013). Martínez mismo es quien ha construido una definición operativa sobre el sentido de vida, el cual presenta como “*la percepción afectiva-cognitiva de valores que invitan a la persona a actuar de un modo u otro ante una situación particular o la vida en general, confiriéndole a la persona coherencia e identidad personal*” (Martínez Ortiz, 2013). Este planteamiento es interesante ya que acerca el concepto a los planos cognitivo y afectivo, lo cual quiere decir, que el ser humano percibe con el intelecto (lo que atrae desde el pensamiento /conocimiento) y con los afectos (lo que emociona a la persona /sus sentidos particulares).

Esa percepción de sentido, que se acaba de describir, encuentra en la logoterapia una triada de valores reconocidos como los caminos para encontrar sentido. Viktor Frankl ha descrito dichos caminos como los *valores de creación*: dar algo o trabajar; los *valores de experiencia*: vivenciar algo o a amar a alguien; y finalmente, los *valores de actitud*: asumir el sufrimiento ineludible e inevitable. Por su parte, los valores de creación se pueden concretar a través del trabajo, de aquello que yo creo, una obra, algo que doy. Los valores de experiencia o vivenciales se dan en la acogida al universo, en la experiencia del amor y/o en aquello que recibo para mí. Finalmente, los valores de actitud se hacen evidentes ante circunstancias de sufrimiento ineludible e inevitable, ante aquello que en logoterapia se llama triada trágica: sufrimiento, culpa y muerte (Frankl V. E., 1994b)

Como puede verse, la antropología Frankliana se sustenta en una serie de conceptos tríadicos, de los cuales ya se han citado los tres pilares, los tres valores y la triada trágica. Habría que mencionar, por ejemplo, la ontología dimensional basada en una concepción bio-psico-espiritual, y la popular triada neurótica de las masas, a la cual se pasa a desarrollar.

4.1.2.3 La Triada Neurótica de las Masas

Al leer la obra de V. Frankl, puede advertirse que el *vacío existencial*, como concepto, subyace en buena parte a la construcción teórica de su logoterapia. Noblejas, por su parte,

ha destacado que Frankl “mantiene su preocupación por el fenómeno humano, reconsiderando el vacío existencial en todas sus variantes contemporáneas: aumento del suicidio, huida por la droga, aumento de la agresividad, consumismo y cosificación del hombre” (Noblejas de la Flor, 1994). Y es precisamente la agresividad, como fenómeno humano, la variable que se propone analizar en el presente trabajo desde el punto de vista logoterapéutico.

Frankl hace una relación directa respecto a la manifestación de la violencia, la depresión y la adicción con los efectos del vacío existencial en la sociedad contemporánea. En relación a las características de los jóvenes él observó en primer lugar, a escala mundial, un aumento de violencia. En segundo lugar, la violencia se tornaba contra sí mismos, lo cual significaba el aumento del suicidio; y, en tercer lugar, el sentimiento de la falta de sentido, el sentimiento de un vacío personal íntimo que técnicamente se denomina en la logoterapia *vacío existencial*, el cuál condensa tres conceptos que componen una tríada: agresión, depresión y adicción o dependencia (Frankl V. E., 1994a)

Esta tríada neurótica de las masas y el vacío existencial fundante fue ampliamente desarrollado por Frankl. Al respecto dice:

“Tal sufrimiento, causado por una vida sin sentido, en sí mismo no configura una dolencia psíquica, pero sí, una expresión de madurez espiritual. La generación joven, en especial, no se cuestiona acerca del sentido y si lo hace, sobre todo, respecto de las tradiciones, oponiéndose a ser un objeto pasivo de las mismas. Esto hace que el nivel de frustración existencial, y de frustración de aquello que en Logoterapia llamamos “voluntad de sentido”, sea particularmente elevado en jóvenes...siendo así, no sorprende que el sentimiento de ausencia de sentido se sedimente bajo la forma de un síndrome neurótico de masas, especialmente observable entre los jóvenes. Un conductor de taxi norteamericano, cierta vez, me dio la siguiente fórmula: “Ellos se matan a sí mismos, se matan entre sí e ingieren drogas”. En lugar

de utilizar esas palabras, pudo haber usado solo estas tres: “depresión, agresión, toxicomanía” (García Pintos, 2011)

Frankl, en relación a estos conceptos agrega: “La sensación de falta de sentido, el vacío existencial, está aumentando y extendiéndose en medida tal, que se la puede designar auténticamente como una neurosis de masas” “...la sintomatología del vacío existencial, aquello que yo denominaría “tríada de la neurosis de masas” y que comprende la depresión, la agresión y adicción”....“junto con la depresión y la agresión, la adicción, al menos en parte, ha de ser referida también a la sensación de carencia de sentido” (Frankl V. E., 1994b)

En relación a la depresión y los suicidios destaca: “... otro tanto puede decirse en cuanto a los impulsos al suicidio. Carece de sentido, por ejemplo, intentar medirlos. En último análisis, el riesgo de suicidio no depende de la intensidad de los impulsos suicida dentro de una persona, sino de su respuesta a dichos impulsos; y su reacción, a su vez, dependerá fundamentalmente de si considera o no la supervivencia como algo pleno de sentido, aun cuando sea doloroso.”

En relación a las adicciones y a la droga-dependencia menciona: “... la simple expresión droga-dependencia puede inducir a un error en la medida en que eclipsa la libertad que posibilita al hombre decidirse a favor o en contra de tomar drogas por primera vez, cediendo –curiosas como son las personas jóvenes- o precisamente resistiendo a la atracción. Si no se anima a la resistencia y una vez que ha llegado tan lejos que es adicto a las drogas, entonces ya no es tampoco libre y a la drogodependencia se le debe atribuir el carácter de enfermedad. Por esta razón, se debe tratar mucho más de una profilaxis –y no sólo de una terapia- lo que significa que tenemos que guardarnos de hablar de antemano en este contexto de "enfermedad" y de sus “víctimas”.

4.1.3 Teoría del Enfermar

De acuerdo a la visión antropológica descrita por V. Frankl, una de las características propias de la dimensión espiritual del ser humano es que ésta no enferma, aunque sí puede restringirse en sus manifestaciones. Es decir, que puede concluirse, no solo que la dimensión espiritual es dinámica, sino que esa dinámica puede entenderse más desde una visión dimensional que categorial; y esto sí, si se entiende como categorial un modelo estático y fijo a reglas. Por otra parte, la vista dimensional, le aporta al modelo explicativo una especie de espectro en el que la persona puede avanzar de procesos de menos restricción a mayor restricción, y viceversa.

Pero, aparece aquí la importancia de identificar que son los recursos noéticos como tal, cuáles son, y qué relación guardan con la agresividad, tema de interés cardinal en este trabajo.

4.1.3.1 Recursos Noéticos: La manifestación espiritual de la persona

Los recursos noéticos son características antropológicas ineludibles, aunque restringibles, son recursos que no están en lo psicofísico, ni siquiera “están” en ninguna parte, no son una realidad óptica, no tienen materia, son potencia pura, son posibilidad de manifestación (Martínez O., 2007). Son características antropológicas básicas de la existencia humana, potencialidades inherentes que constituyen al ser humano en persona y que Frankl consideraba como “las dos características antropológicas fundamentales de la existencia humana, que se dan en esa dimensión: su autotrascendencia, en primer lugar, y, en segundo lugar, la capacidad para distanciarse de sí mismo”... es decir, que “los recursos noéticos son el conjunto de fenómenos, capacidades o manifestaciones espirituales, expresadas por el autodistanciamiento y la autotrascendencia” (Frankl V. E., 1964).

Se entiende por *autodistanciamiento* a “la capacidad de poner distancia a las situaciones exteriores, de ponernos firmes en relación con ellas; pero somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos” (Frankl V. E., 1999). Esta capacidad del hombre para distanciarse de lo psicofísico es definida por el autor como *antagonismo psiconoético facultativo*. En lugar de identificarse con los instintos, el hombre se distancia de ellos; si bien, desde esa distancia, puede decirle sí. Esto es lo que constituye en definitiva lo humano del hombre; la posibilidad de distanciarse de los instintos y de no identificarse con ellos; esto no puede hacerlo el animal porque, en cierto modo, ya es idéntico a sus instintos.

El autodistanciamiento incluye las capacidades metacognitivas del ser humano, como son la autocomprensión, la autorregulación y la autoproyección, las cuales pueden determinarse de la siguiente forma:

La *autocomprensión* denota que lo noológico puede tomar distancia de sí mismo y observarse para evaluar lo dado a la conciencia; la autocomprensión no es una simple distancia de sí, es un proceso más complejo que implica:

- Evaluar lo dado a la conciencia, no solamente observándolo de forma pasiva, también valorando lo visto.
- Generar conexiones entre los diferentes objetos intencionales, relacionar lo que aparece en la conciencia al distanciarse de sí, generando mapas que brinden un orden coherente o un entendimiento de lo desintegrado.
- Describir lo que está en juego, seguir detalles en lo acontecido, describiendo la vivencia, sus conexiones y valoraciones.
- Aceptar lo captado, incluyendo la aceptación de lo inaceptable que puede ser lo dado a la conciencia; aceptar no es sólo reconocer lo que aparece, implica permitir la experiencia del fluir emocional involucrado. Aceptar no es resignarse, pues en la aceptación no se queda estancada la emoción (Martínez O., 2011)

Este último aspecto es importante en relación con la agresividad, pues la terapéutica debe garantizar la aceptación de las experiencias en el individuo y que éste pueda captarlas y fluir con la emoción respectiva involucrada. Y esto conlleva a otro aspecto, por ejemplo, cuando existen procesos de elevada restricción pueden hacer aparición trastornos de personalidad en que el sujeto manifiesta alto grado de hiperreflexión, lo cual parecería ser autoaceptación, pero en verdad se hace evidente una pérdida de la persona en su acceso a sí mismo.

La *autorregulación* hace referencia a la apertura de lo espiritual para aceptar y tolerar el malestar psicofísico, sin dejarse dominar por el mismo, ni sentirse obligado a distensionarse. En ausencia de dicha autorregulación, la persona espiritual no puede manifestarse, quedando atrapada y gobernada por la voluntad de placer que intenta distensionar hasta el mínimo movimiento emocional.

Es por lo anterior que la autorregulación implica:

- Aceptar el malestar psicofísico y la incertidumbre sin luchar ni huir, aumentando la tolerancia al malestar, sin entender por ello una tendencia masoquista o de búsqueda del sufrimiento.
- Oponerse si es preciso a los mandatos psicofísicos que buscan “regular” el malestar.
- Ejecutar –cuando amerite– conductas alternativas a la “regulación” de las necesidades psicofísicas (Martínez Ortiz, 2013).

De acuerdo a este último aspecto, se entiende como “regulación” de tipo psicológico todo intento por preservar la identidad de manera reactiva. Es en estas instancias donde la persona agresiva tiene dificultad para verse a sí misma y para evaluarse, aspecto que es de vital importancia considerar en lo sucesivo de este trabajo investigativo.

Por otra parte, la *autoproyección* es la capacidad de verse a sí mismo de otra manera, de dirigirse en su reflexividad hacia sí mismo y concebirse, incluso atemporal y

aespacialmente, de forma diferente. Es el centro de la motivación para el cambio y la transformación; la autoproyección es la puesta en marcha de una voluntad de sentido que contempla:

- Elegir la versión de sí mismo que se desea.
- Evaluar lo dado a la conciencia, observando lo que realmente implica dicha proyección, el precio del cambio y del esfuerzo.
- Generar conexiones entre lo deseado y los posibles obstáculos para lograrlo, las pérdidas a asumir por cambiar, así como las reacciones de lo externo ante las nuevas actitudes y formas de vida asumidas.
- Describir la vivencia futura, sus conexiones y valoraciones.
- Aceptar lo que puede darse y lo que no puede darse (Martínez Ortiz, 2013).

Así las cosas, puede decirse que el trabajo logoterapéutico con la persona agresiva tiene, al menos en un primer momento, su matiz en el despliegue del recurso noético del autodistanciamiento, pues lograr aceptación de las experiencias propias y poder captarlas y fluir con la emoción respectiva involucrada (autocomprensión); además de verse a sí misma para evaluarse (autorregulación), y en consecuencia, estar en capacidad de verse a sí mismo diferente (autoproyección), se convierten en condiciones primordiales en el proceso de cambio.

La *autotrascendencia* denota el hecho de que el ser humano siempre apunta, y está dirigido, hacia algo más que sí mismo, es decir a los significados de realización o a encontrarse con otros seres humanos a quienes amar (Frankl, 1988), retomado por (Martínez O., 2011).

La *diferenciación* es un fruto de la autotrascendencia que le permite al ser humano encontrarse con otro ser humano, es decir, que le permite al ente espiritual “estar junto a” otro ente de la misma clase. La capacidad de diferenciación le permite a la persona no fundirse en el otro, generar vínculos auténticos, obtener soporte social y convivir de forma adecuada; la misma implica:

- Reconocer qué es lo propio y lo ajeno, qué características le pertenecen a la persona y cuáles son “prestadas”, manteniendo límites interpersonales adecuados.
- Respetar las emociones de los otros, sin personalizar ni sentirse atacado, permitiéndoles ser.
- Describir lo propio y lo personal.
- Mantenerse en la autenticidad sin permitir que el contexto lo absorba (Martínez O., 2011).

La *afectación* es el impacto emocional que se produce cuando se “esta junto a” un valor o al sentido, es la capacidad de dejarse tocar por el valor o el sentido captado, de resonar afectivamente en su presencia, es la capacidad de vivir esa tensión entre el ser y el deber-ser, tensión y resonancia que es más fuerte cuanto más alto es el valor o el sentido que atrae.

Finalmente, la *entrega* es una capacidad del ser humano que se actualiza a sí mismo, sale de sí hacia algo que no es él mismo, captándolo y dejándose tocar para realizar el sentido, consumando así su existencia auténtica.

Naturalmente, todo proceso de cambio terapéutico debería desembocar en la vivencia autotranscendente, ya que el camino que señala Frankl para la vida con sentido va conectado con la entrega auténtica al otro, o por lo otro (metas elevadas). De no ser así, se está expuesto a lo que el autor ha descrito como *frustración existencial*. En esta misma vía, el proceso de cambio y su mantenimiento tiene su corolario en que la persona que ha logrado, en primer lugar, autodistanciarse, puede apuntar hacia algo más que sí mismo, es decir, encontrarse con otros a los cuales amar. He aquí el indicador de cambio terapéutico sostenible para la persona que enfrenta la agresividad.

4.1.3.2 Procesos de restricción noética

La restricción apela al ser como posibilidad, la baja o poca permeabilidad de la persona frente a lo que ha hecho de sí misma, la disminución de su *responsividad*, en sí, la restricción de lo noético, de la capacidad de responder o de hacerse responsable de sí mismo. Tal vez por lo anterior, algunos mencionan como finalidad de la Logoterapia la educación a la responsabilidad (Bruzzone, 2012).

En dicha restricción, la persona espiritual es impotente e invisible, impotente ante su organismo pues no puede instrumentalizarlo e invisible porque no puede expresarse a través del organismo afectado, pero esa invisibilidad de lo espiritual, es precisamente el credo psiquiátrico del que nos habla Frankl:

La enfermedad psicofísica puede perturbar, más no destruir, a la persona. Lo que la enfermedad puede destruir es el organismo psicofísico. Este organismo constituye el campo de acción y el campo de expresión de la persona. El desarreglo del organismo significa, en consecuencia, nada menos, pero nada más, que un bloqueo del acceso a la persona. Y este podría ser nuestro credo psiquiátrico: la fe inquebrantable en el espíritu personal, la fe ciega en la persona invisible, pero indestructible. Y si yo, señoras y señores, no tuviera esta fe, preferiría no ser médico (Frankl V. E., 1994a).

La restricción noética puede darse de dos maneras:

1. Por escasa maduración psicofísica que no alcanza el nivel adecuado para la expresión de lo espiritual (Retraso mental, enfermedades que impiden el desarrollo...), o
2. Por afección del organismo psicofísico que restringe o impide la instrumentalización del mismo por la persona espiritual. (Desarrollo de trastornos de personalidad, trastornos afectivos y de ansiedad, condiciones de preponderancia biológica...).

En el primer caso, la escasa maduración del organismo psicofísico impide la manifestación y desarrollo de la persona espiritual que se encuentra invisible tras ese organismo afectado, teniendo niveles de restricción elevados y relacionándose preponderantemente –más no exclusivamente– con lo biológico. En el segundo caso hay una mayor participación, pues la vulnerabilidad no depende de lo que sucede en la realidad externa sino de lo que la persona hace suyo (Martínez O., 2011)

En lo que corresponde a este estudio de caso único en particular, la valoración permite concluir que la restricción del consultante es del tipo dos; es decir, de una restricción de la persona espiritual por parte del organismo psicofísico. Este tipo de vulnerabilidad depende más directamente de la estructura actitudinal de la persona, lo cual ha sido descrito por Frankl de la siguiente forma:

... el que un trauma anímico, o sea una experiencia grave, tenga sobre un individuo un efecto traumatizante y a la larga perjudicial no depende de la vivencia que tuvo que experimentar sino del sujeto mismo y de toda la estructura de su carácter... De modo que vivencias de la misma naturaleza y de la misma gravedad a un grupo les había perjudicado anímicamente y al otro, no; luego no puede depender de la experiencia, o del medio ambiente, sino del mismo sujeto y de su actitud frente a lo que tuvo que experimentar (Frankl V. E., 1964).

Resulta importante establecer los efectos de la restricción de lo espiritual que deben ser la meta de un acompañamiento dentro de un proceso terapéutico, restricción que, además, es ampliamente citada en la literatura logoterapéutica (Frankl V. E., 1964) (Frankl V. E., 1994a). En consecuencia, pueden advertirse ciertos efectos de los procesos de restricción y de qué manera inciden en la manifestación de los recursos espirituales, según se aprecia en la siguiente tabla.

<i>Autodistanciamiento</i>	<i>Autotrascendencia</i>
Arraigo intrapsíquico que impide verse a sí mismo en situación.	- Hiperreflexión que impide salir de sí mismo.
- Dificultad para monitorear los propios procesos emotivos y cognitivos.	- Baja percepción valorativa y de sentido.
Dificultad para regular los propios procesos emotivos y cognitivos.	- Predominancia perceptiva de valores útiles, sensibles y vitales.
- Déficit de la capacidad para dialogar, tomar distancia u oponerse a los mandatos de lo psicofísico.	- Déficit del reconocimiento de la mente del otro con independencia de la mente propia.
- Estrechez del campo fenoménico.	- Poca resonancia afectiva, excepto en términos de bien-estar y no de bien-ser.
- Predominancia de la actividad y pasividad incorrecta.	-Dificultad de expresión y manifestación amorosa en términos de amor genuino
- Dificultad para ver otras opciones de sí mismo.	- Predominancia de la actividad y pasividad incorrecta.
- Alta identificación con el síntoma.	- Poca flexibilidad del campo fenoménico.
- En ocasiones pueden desarrollarse niveles de automonitoreo, pero no de autorregulación.	- Predominancia del amor sexual y erótico.

Tabla 1. Restricción de los Recursos Noéticos

Con respecto a las primeras características anotadas en la anterior tabla resalta la relación entre la agresividad y el trabajo en el recurso del autodistanciamiento, a partir del cual la persona logre “vencer” el arraigo intrapsíquico que le impide verse a sí misma en situación y avanzar en la esfera comprensiva de sí mismo. Un poco más allá, autores como Martínez destacan la importancia que para este propósito cobra el diálogo socrático, como técnica que facilita el autodistanciamiento en el consultante. Por esto se concluye en los

aspectos metodológicos de este trabajo investigativo que es de virtual importancia advertir dentro del verbatim del consultante las expresiones que se refieran al “yo” y al “mi” de la primera persona, como contenidos que pueden ir monitoreando el escenario de la restricción espiritual de la persona.

En consecuencia, la dificultad para automonitorear los propios procesos emotivos y cognitivos es una actividad que bien podría denominarse gestión de emociones y de pensamientos, habida cuenta del malestar que la persona agresiva de paso puede aprender a enfrentar sin luchar ni huir, sino permitiéndose la evaluación a sí misma.

El diálogo de tipo socrático es aquí una especie de antídoto contra la falencia particular del individuo agresivo, que suele combinar su carácter (posición interna) con una sutil falta de capacidad para dialogar, tomar distancia de sí mismo (autodistanciarse); y lo que es más complejo aún, oponerse a los mandatos psicofísicos. Esto quiere decir que el impulso agresivo en la persona viene siendo una tendencia homeostática por recobrar el equilibrio perdido que el malestar impone. He aquí, lo que podría denominarse el círculo vicioso del agresivo: estallar en cólera como intento poco eficaz por recuperarse ante el malestar psicofísico. Entonces lo que podría facilitar el autodistanciamiento a través de la movilización de los recursos personales sería una especie de “círculo virtuoso”, que podría ser un resultado de una posterior pesquisa investigativa, si bien ya V. Frankl ha descrito un efecto similar bajo la denominación de “enfrentamiento proactivo, consciente y espiritual”.

4.1.3.2 La Agresividad como una Estrategia de Afrontamiento

En este trabajo se definirá operacionalmente la *agresividad* como una *estrategia de afrontamiento bien sea de primer o segundo nivel*, conforme este último concepto es descrito en la Psicoterapia Centrada en el Sentido - PCS.

En primer lugar, el concepto de estrategias de afrontamiento proviene de la terapia cognitiva. Millon & Davis (2001) retomados por (Martínez O., 2011), quienes proponen

que “la defensividad es una respuesta psicológica tradicionalmente definida como automática, frente a estresores internos o externos, la ansiedad o el desafío a las propias capacidades”... además que “esta organización hace parte de la personalidad, pues no sólo es una estructura que le brinda coherencia y sentido al ser, sino que al mismo tiempo es un estilo de afrontamiento desde el que hay que entender la psicopatología”.

Otros enfoques y escuelas psicológicas han identificado esta misma respuesta psicológica, denominándola con diferentes acepciones; como, por ejemplo, mecanismos de defensa (psicoanálisis), estrategias de afrontamiento (terapia cognitiva), rendición, evitación o compensación de esquemas (terapia de esquemas), *mastery* (terapia metacognitiva) o pasividades y actividades (terapia centrada en el sentido).

Es preciso decir, que, si bien las estrategias de afrontamiento han sido vistas como reacciones ante el estrés producido por situaciones que exigen o amenazan las metas de las personas, para Frankl también hay un afrontamiento proactivo, consciente y espiritual, lo cual quiere decir que hay oportunidad de un enfrentamiento sano que conlleve armonía y flexibilidad. De otro lado, se dice que hay pérdida de libertad del sujeto cuando el organismo psicofísico restringe la libertad de la persona, y, por tanto, se desarrolla una personalidad inauténtica (Frankl V. E., 1964).

Ahora bien, expone Martínez que si bien, Frankl planteó dichas estrategias en términos de patrones de reacción de las neurosis de ansiedad, obsesivas y sexuales, las clasificaciones han cambiado y la inclusión de los trastornos de personalidad en el ámbito clínico han reflejado la importancia de estas pasividades y actividades incorrectas, pues como dice Millon (2001):

“La mayoría de las personas dispone de variadas y flexibles estrategias de afrontamiento. Cuando una determinada conducta o estrategia no funciona, las personas normales cambian y pasan a utilizar otra. Sin embargo, las personas con un trastorno de la personalidad tienden a utilizar las mismas estrategias una y otra vez, con variaciones mínimas. El resultado es que siempre acaban empeorando las

cosas. En consecuencia, el nivel de estrés se incrementa, amplifica su vulnerabilidad, provoca situaciones críticas y produce percepciones de la realidad social cada vez más distorsionadas”.

A partir de lo expuesto, es preciso aclarar a qué se refiere, en el caso del segundo nivel de cambio, los procesos de pasividad y actividad como respuestas de afrontamiento del ser humano. Continúa refiriendo el autor que el hombre puede determinar su actitud ante la enfermedad o cualquier otra situación impuesta y que las actitudes posibles a tomar son, a saber:

- a) Pasividad incorrecta: sumisión a la enfermedad o situación (dejarse llevar por ella). Una forma mitigada es la actitud vital fatalista (“no se puede hacer nada”).
- b) Actividad incorrecta: intentar cambiar el “destino” (buscar algo imposible).
- c) Actividad correcta: aceptar el destino y enfrentarse dignamente con él.
- d) Pasividad correcta: aprender a ignorar el destino en lugar de luchar en vano con él.

La pasividad y actividad incorrectas se clasifican en dos niveles de complejidad (2013, p. 145):

- *Pasividad y actividad incorrectas de primer nivel*: obedece de manera perentoria a la voluntad de placer; por tanto, se busca eliminar toda sensación de estrés, ansiedad y sentimientos culposos. Actúa primordialmente sobre lo biológico y, posteriormente, sobre la emocionalidad de la persona. Su despliegue persigue soluciones o regulaciones rápidas del malestar a través de transformaciones inmediatas en la percepción que se tenga de la realidad. A pesar de la inmediatez de su efecto, la durabilidad es corta, por lo que se puede caer en ciclos reiterativos de estos comportamientos. Se distinguen entre ellos, “la automedicación (uso de alcohol y drogas legales e ilegales), las compulsiones como la comida, la masturbación y el sexo, las conductas auto lesivas (autoagresiones,

automutilaciones, inducción de vómito), la disociación y las descargas de energía como la agresividad física”.

- *Pasividad y actividad incorrectas de segundo nivel*: en contraste con las anteriores, su acción recae primordialmente sobre lo psicológico, por vía de lo cual lo biológico busca también la distensión, y se encamina hacia la modificación de los entornos y sucesos. En este sentido, los efectos no son tan inmediatos y son mediados por la interacción con otras personas, logrando un impacto, por ejemplo, en la imagen que se tenga de sí, en la prevención o transformación de realidades amenazantes para la persona y en el vacío existencial que la persona experimente. No implicando, por ello, que la acción de la persona tenga éxito, pues esta, de todos modos, es desencadenada de forma incorrecta (Martínez Ortiz, 2013).

El neurótico tiende al fatalismo. Utiliza su carácter como “chivo expiatorio” (“yo soy así»). Se afirma en la idea de que una vez que tuvo esa característica, ya no puede ser de otra manera. También tiende a achacar su carácter a un colectivo supraindividual que actúa en él mismo (reflejo de esto es la expresión “se”). Se autojustifica con esa dependencia respecto a una colectividad o grupo (clase social, raza, sociedad actual...). En definitiva, no acepta (dimite de) su responsabilidad y niega su libertad.

Frente a esto último, la logoterapia postula que el carácter representa algo anímico, ante lo que el hombre puede tomar postura: el hombre es libre frente al carácter para construir su propia personalidad, siguiendo unos valores. La dimensión espiritual es más alta, más influyente que la psíquica (de ahí el error del neurótico). El hombre no se comporta sólo partiendo de su carácter, sino que “la última palabra” es de la dimensión espiritual.

Como ya se afirmó anteriormente, la logoterapia apela a la persona, a la facultad del espíritu de contraponerse a lo psicofísico y desde ahí, puede abordar (con los medios de lo espiritual) todos los estados psicofísicos (no sólo los instintos, sino también el dolor, la angustia, la tristeza, la ira...

Deteniéndose un poco aquí, puede advertirse que las conductas agresivas una vez exacerbadas podrían evolucionar en un trastorno de personalidad, posibilidad que se describirá más en propiedad en el apartado de *modos de ser y personalidad*. Retomando lo expuesto por Millon, el uso de descargas de energía por medio de la agresión y su uso reiterativo pueden ser indicador de salud mental, esto es de procesos de autenticidad e inautenticidad en la persona.

Ahora bien, es sumamente importante aclarar el concepto de personalidad. Primero, se retoma la persona; y justo en el modelo de personalidad de la PCS, uno de los conceptos relevantes es el propuesto por Frankl acerca de persona. El autor llama persona a:

...aquello que puede comportarse libremente, en cualquier estado de cosas. La persona es aquella dimensión del hombre que es capaz de oponerse siempre, oponerse a cualquier posición: no sólo a una posición externa, sino también interna; pero la posición interna es exactamente eso que se llama disposición (así se denomina a veces el carácter). (Frankl V. E., 1994a)

Esta concepción de libertad tiene implicaciones clínicas y educativas muy interesantes, lo cual se verá a continuación en términos de una teoría del cambio.

4.1.4 Teoría del Cambio

En primer lugar, la logoterapia, hoy aceptada como una Psicoterapia Centrada en el Sentido, es una psicoterapia que arranca desde lo espiritual, moviliza los recursos espirituales frente al organismo psicofísico, pero finaliza en un análisis existencial, entendido como una psicoterapia que orienta hacia lo espiritual, que ayuda a dar a luz los contenidos espirituales. Por lo anterior, en la presente investigación ha sido menester observar el caso único del consultante y verificar cómo dichos contenidos espirituales se integran a la cotidianidad de la persona, teniendo lugar un proceso de cambio significativo.

Hablar de una *teoría del cambio* en logoterapia puede remitirnos a proponer dos niveles de cambio, uno superficial (o más bien de altura) y uno profundo, según lo presenta en su obra el Dr. Martínez. El primero está centrado en el análisis existencial que ayuda en el despliegue de la espiritualidad humana que se encuentra dormida o latente por falta de educación de la misma –hombres que dudan– o aquella que se encuentra frustrada o nublada por un embate de la vida, por un derrumbe del sistema axiológico –hombres desesperados (Lukas, 1983). El segundo se centra en la logoterapia que busca movilizar los recursos espirituales para cambiar la pasividad y actividad incorrectas por pasividad y actividad adecuadas y desembocar en el despliegue del sentido de la vida como consolidador del cambio (Martínez Ortiz, 2013). Lo anterior se detalla a continuación.

- *Actividad correcta y pasividad justa*: La organización correcta de la actividad y el logro de la pasividad justa se hacen posible si la persona alcanza un reconocimiento de sus síntomas, es decir, si consigue comprender que sus maneras de interpretar y moverse en el mundo están actuando en detrimento de la libre y auténtica expresión de su ser. Un reconocimiento de este nivel implica percatarse de modos diversos y liberadores de afrontar la vida que, por demás, pueden ser conquistados. Esta nueva mirada y disposición flexibles que coherentemente cuestionan los propios actos ya es, en principio, una ganancia sobre formas rígidas bajo las cuales la persona ha construido su personalidad, y constituye una alentadora promesa de cambio desde la que se pueden identificar, con claridad, por un lado, las acciones apropiadas sobre las cuales se debe volcar la voluntad de sentido y, por otro parte, las moderaciones justas que deban usarse para apaciguar cualquier acto desbocado. Este aprendizaje sobre la actividad correcta y la pasividad justa es el que garantiza una existencia auténtica.

[...] las personalidades auténticas usan la pasividad y la actividad correctas (Frankl V. E., 1964) (Martínez O., 2007) como estrategias que buscan abrirse al mundo externo e interno, dejando salir la libertad humana para alcanzar la mejor versión posible de sí mismo en cada situación, es decir, la pasividad y la actividad correctas

son desarrollos establecidos para dirigir la espiritualidad que se manifiesta ante la captación personal de valores y sentidos por realizar (Martínez O., 2011)

En la terapia centrada en el sentido, la actividad y pasividad se interpretan según el nivel de reflexividad y uso de sus recursos psicológicos. De esta forma, a mayor limitación de esos dos componentes, mayor es el grado de inadecuación de los actos de las personas. Por el contrario, a mayor liberación de los mismos, mayor es el grado de acierto en la expresión espiritual. Por esto, la actividad y pasividad incorrectas de primer y segundo nivel indican menor uso de la reflexividad y recursos de autodistanciamiento y autotrascendencia por parte de la persona, mientras que la actividad correcta y pasividad justa de tercer y cuarto nivel muestran a una persona con mayor reflexividad y acciones sopesadas y justas. Los dos primeros niveles ya fueron descritos en la teoría del enfermar. El tercer y cuarto nivel hacen parte del cambio y se refieren brevemente a continuación.

Específicamente, en la *actividad y pasividad correctas de tercer nivel*, la persona dispone su capacidad crítica a la revisión de su proceder. Con ello, se fortalece su capacidad de autodistanciamiento y de responsabilidad, evitando adjudicar a factores externos la exclusiva causa de su malestar. En la medida en que esta disposición autocrítica avanza, no solo se logra la desrestricción de los recursos espirituales, sino que el mundo toma para la persona matices menos amenazantes, posibles y edificantes de sentido. El propósito de este tercer nivel, más que centrarse en el alivio de las tensiones, se enfoca en la búsqueda de salidas a las dificultades, desde el ejercicio propositivo de la autonomía.

Con referencia a la *actividad y pasividad correctas de cuarto nivel*, puede decirse que reposan, fundamentalmente, en la autotrascendencia. Una vez reconocidas y aceptadas las limitaciones personales como también las cualidades desde las que se pueden agenciar con confianza nuevas propuestas de ser, la capacidad espiritual se ensancha hacia relaciones más creativas y dignas con los otros y con el mundo, en general. Consecuentemente, esto redunda en terrenos más propicios para el descubrimiento, reencuentro, o consolidación del sentido de la vida (Martínez Ortiz, 2013)

4.2 Una mirada Existencial a la Personalidad

Una de las maneras en que puede ser entendida la relación entre la existencia y la personalidad es siguiendo la línea de pensamiento Frankliana, la cual distingue de primera mano, entre las acepciones de *persona* y *personalidad*. Según esto se comprende la existencialidad como la expresión antropológica de la persona y la personalidad como su expresión fenomenológica (Frankl V. E., 1994a). Es decir, la personalidad es el reflejo de la persona a través del organismo psicofísico, de sus membranas porosas o capas del carácter y el temperamento; sin embargo, la persona está supeditada a su organismo de expresión y manifestación, es decir a su organismo psicofísico, estando el mismo abierto o cerrado de manera flexible o rígida, construyendo un órgano de expresión que puede facilitar o impedir en mayor o menor medida la expresión de la persona espiritual. Cuando la persona instrumentaliza un organismo psicofísico flexible, transparente o poroso, la expresión fenomenológica de la persona a través de dichas membranas es la de una “personalidad auténtica”.

4.2.1 Modos de ser - personalidad

En Psicoterapia Centrada en el Sentido se habla de *personalidad auténtica* cuando la persona puede hacer suyo el organismo psicofísico, se apropia del mismo instrumentalizándolo como su organismo de expresión y manifestación, y abriéndolo al mundo para dejarse tocar por él, asumiendo la libertad de poder ser una posibilidad y la responsabilidad de ser el mismo.

Así mismo, la personalidad auténtica aparece ante la conciencia de sí (autoconciencia) como una expresión fiel de la persona espiritual a través de la instrumentalización del organismo constituido por el carácter y el temperamento; una personalidad auténtica refleja a la persona que hace suya las dimensiones del ser,

expresándose como dueño de sí mismo y manifestando sus recursos noéticos en factores noéticos concretos de manera plena.

Por otro lado, en la *personalidad inauténtica* “el cuerpo del hombre «caído» ... es como un espejo roto y, por tanto, deformante” (Frankl V. E., 1964) de la persona que no puede expresarse auténticamente a través de él. Esta personalidad desdibujada se debe a la restricción que ejerce un organismo psicofísico afectado, sobre las manifestaciones espirituales.

Cuando el filósofo existencial Martin Heidegger habla de autenticidad e inautenticidad lo hace desde un punto de vista filosófico, en el cual no es necesariamente deseable permanecer en la autenticidad, sino que plantea que ambas, autenticidad e inautenticidad, son dialécticas que coexisten, no siendo una más deseable que la otra.

Por otra parte, la PCS entiende como procesos de cambio la experiencia de una personalidad auténtica, y para ello mismo la logoteoría, sumada al arsenal psicoterapéutico mismo, movilizan a la persona de la inautenticidad a la autenticidad, como meta por alcanzar.

4.2.1.1 Estilos y trastornos de la personalidad

La teoría de rasgos y trastornos de personalidad es un constructo que debe ser incorporado en su justa medida, al menos desde la aproximación humanista existencial. Por eso se hace énfasis en lo dimensional vs lo categorial. Así lo plantea el Dr. Martínez:

Los trastornos de la personalidad como psicopatologías de la libertad no son una medida categorial, sino más bien dimensional y en degradé; es decir, la manifestación de la personalidad auténtica o inauténtica nunca es un extremo totalitario, pues ninguna persona “ES” narcisista, evitativa o limítrofe, ya que es un ser siendo y por ello, puede “TENER” una

personalidad a, b o c, pero la misma no lo determina totalmente, pues puede expresarse en mayor o en menor medida la autenticidad de la persona a través del organismo psicofísico (Martínez O., 2011).

Este autor considera que la visión de degradé es una visión humana, una mirada dimensional que brinda espacio a la libertad; sin embargo, la diferenciación acerca del nivel de restricción debe contemplar los elementos expuestos anteriormente, pues el nivel de restricción suele hacer invisible a la persona ante sí misma, motivo por el cual, algunos trastornos se consideran “externalizantes” (Oldham, 2007), citado por (Martínez O., 2011)

A continuación, se describen los procesos de pasividad y actividad incorrecta de segundo nivel en tres de los trastornos de personalidad que tienen mayor relación con las conductas agresivas y que son presentados por Oldham y Morris como estilos de personalidad: El estilo agresivo, el estilo vivaz y el estilo audaz.

Las personas con un *estilo agresivo* de personalidad son denominadas "mandamases" porque en su vida de relación, los agresivos siempre van al frente. Tienen el don innato de dirigir a las personas y la necesidad de dominar. Este "principio rector" se manifiesta en todas sus relaciones, en el hogar, en el club social, en el equipo de fútbol, y ciertamente, en el ámbito del trabajo (Oldham & Morris, 1995).

Estos mismos autores otorgan seis características a este estilo de la personalidad, a saber:

1. Mando - ejercen con naturalidad el poder, la autoridad y la responsabilidad
2. Jerarquía - funcionan mejor dentro de una estrategia tradicional de poder donde están claras las líneas de mando
3. Disciplina - imponen reglas de orden para que las cumplan sus subordinados
4. Efectividad - hacen lo que sea necesario con tal que se cumplan sus metas y objetivos
5. Valentía - hacen gala de su gran arrojo ante situaciones difíciles y peligrosas

6. Violencia - son agresivos físicamente y a menudo disfrutan con los deportes competitivos, los de contacto físico.

El instinto agresivo por dirigir y dominar no necesariamente ha de verse como hostilidad hacia los demás; sin embargo, cuando los rasgos agresivos se intensifican en exceso, la necesidad de dominar pasa a ser más importante que la preocupación por las necesidades del otro. Además, el fin puede volverse infinitamente más importante que los medios, por lo cual los rasgos agresivos en exceso dejan de lado los valores éticos y morales en su afán por alcanzar lo que pretenden y tienen como amenaza existencial ser maltratados, agredidos, abusados o humillados.

Todos los agresivos tienen inclinación a ser autocráticos y dictatoriales, pero si tienen rasgos de otros estilos que equilibran su personalidad, bien pueden ser benévolos y protectores. Aunque no es estilo exclusivo de los hombres, históricamente ha habido muchas mujeres que instauraron matriarcados en su familia. Hoy en día las chicas se sienten con derecho de autoafirmarse y competir en un "mundo de hombres"

Como estilo, las personas agresivas pueden sosegar sus impulsos, mas como trastorno es a otro costo. Quienes padecen un *trastorno sádico* son propensos a la violencia impulsiva contra los demás o contra sí mismos. Llegan a ser crueles, fríos y despiadados; además, pueden llegar a ser violentos y se complacen en humillar a quienes los rodean. A tal punto Oldham y Morris llegan a aconsejar que "Si su jefe es sádico, no trate de tolerarlo: renuncie y pida traslado. Si el sádico es su cónyuge, váyase de casa. Buscar la cooperación con los sádicos no tiene éxito".

Por otra parte, las personas con un *estilo vivaz* de personalidad son denominadas "fuego e hielo" porque todo en la vida lo hacen con intensidad. Los vivaces se rigen por las emociones y para ellos lo importante es todo aquello que los conmueve. Son todo corazón, todo les afecta en el plano emocional. Ríen y lloran con facilidad. Son capaces de sentir la peor de las furias. Experimentan una profunda pasión sexual y tienen escasas inhibiciones en este o en cualquier otro aspecto emocional de su existencia (Oldham & Morris, 1995).

Seis conductas y rasgos que denotan la presencia del tipo vivaz son, a saber:

1. Relaciones sentimentales. Los vivaces tienen que tener siempre un vínculo romántico con alguien.
2. Intensidad: Son apasionados en todas sus relaciones.
3. Corazón: Emocionalmente son activos y reactivos, todo lo hacen de corazón.
4. Espontaneidad: Son desinhibidos, naturales, amantes de la diversión, nada los asusta y no les asusta el peligro.
5. Actividad: Son animosos, creativos y cautivadores.
6. Amplitud de criterio: Son imaginativos y curiosos.

Los de estilo vivos enfrentan como amenaza existencial ser usados como objeto, utilizados y desechados. Si el estilo vivaz llega a acentuarse significativamente, puede desarrollarse un *trastorno fronterizo*. Los que padecen este trastorno, igual que los sádicos, son propensos a la violencia impulsiva contra los demás o contra sí mismos. Son personas desesperadas, intensas e inestables, incapaces de aprovechar sus aptitudes. Les aterra estar solos, pero al mismo tiempo destruyen sus relaciones de las cuales no pueden prescindir. El trastorno fronterizo es mucho más habitual entre las mujeres que entre los hombres, a razón de tres a uno.

Otro estilo que preponderantemente se relaciona con conductas agresivas es el *estilo audaz*. Son conocidos como los “desafiantes”. Los audaces son personas extravertidas, inclinadas siempre hacia la acción, ansiosas por vivir la experiencia máxima que les permita sentir lo vitales que son. No necesitan de los demás para estimular su autoestima, ni dar sentido a sus vidas, y no hacen sacrificios por nadie. Tampoco requieren de la aprobación de los demás (Oldham & Morris, 1995).

En el amplio abanico de conductas que denotan la presencia del tipo audaz se pueden priorizar las siguientes:

1. Inconformismo. Respetan un propio código propio de conducta sin dejarse influir.
2. Desafío: Vivir es arriesgarse.

3. Independencia recíproca: No tiene preocupación por el otro, esperan que cada cual se haga responsable de sí mismo.
4. Poder de persuasión: Son convincentes y tiene el arte de hacer amigos e influir sobre la gente.
5. Sexualidad: El sexo es muy importante para ellos, gozan de diversas experiencias sexuales.
6. Pasión por los viajes: Les gusta estar siempre en movimiento.

Las personas que desarrollan este estilo de personalidad guardan como amenaza existencial el ser tratados como ciudadanos de segunda clase. Si este estilo se exagera, la persona puede desarrollar un *trastorno antisocial*, en el que por igual con los sádicos y fronterizos, son propensos a la violencia impulsiva contra los demás o contra sí mismos. Son personas irritables e incapaces de respetar las normas sociales con respecto a la conducta legal.

Finalmente, se incluye el tipo de personalidad cómoda, quienes son conocidos como los “soñadores”. Los cómodos son personas independientes, sujetas a su propio albedrío. Establecen profundos lazos con los demás, tienen predisposición para la vida familiar y se sienten bien dentro de un grupo (Oldham & Morris, 1995).

En el repertorio de conductas que indican la presencia del tipo cómodo se pueden ubicar las siguientes características:

1. Derechos inalienables. Están convencidos de su derecho a ser ellos mismos.
2. Ya es suficiente: Darán lo que se espera de ellos y nada más.
3. El derecho a decir no: No soportan ser explotadas.
4. Mañana: No están obsesionados por lo que es urgente o por el reloj.
5. Estoy perfectamente: La autoridad no les intimida en absoluto.

Las personas con el estilo de personalidad cómoda revelan como amenaza existencial el ser tratados injustamente o utilizados. Si este estilo se exagera, la persona puede desarrollar un *trastorno pasivo agresivo*, que como característica específica hace uso

de la agresividad disimulada o contra sí mismos. Llevan por dentro un profundo enojo, generalmente ocasionado en el pasado por los padres y se sienten desprotegidas.

¿Qué hacen con toda esa hostilidad anterior? Tienen miedo de ser agresivos para con los otros de quienes tanto dependen. Aquí está el aspecto diferencial a los agresivos, audaces y vivaces, a donde va a parar el impulso agresivo o que móviles se refiere para expresar el disgusto. Ellos recurren a conductas de oposición, que expresa sus sentimientos agresivos de una manera pasiva (disimulada).

Como puede verse, las personas que desarrollan un trastorno pasivo-agresivo, viven atrapados entre el amor y el odio, poco consuelo, felicidad o placer encuentran en su perturbación. Exteriorizan su sufrimiento en vez de analizarlo introspectivamente. Lo que sucede es siempre culpa de los demás, no de ellos.

5. METODOLOGÍA

A continuación, se mencionan los aspectos relacionados con el Enfoque Metodológico, el Diseño y el Tipo de investigación.

7.1 Enfoque Metodológico: Histórico - Hermenéutico.

El enfoque que enmarca la presente investigación se caracteriza por una mirada fenomenológica - hermenéutica que implica una postura dialéctica ante la persona participante en la investigación durante el proceso de entrevistas, y complementa el procedimiento fenomenológico con las siguientes acciones: clarificación de la posición del investigador ante el tema de investigación antes y durante el desarrollo de la misma, tematización/categorización de las Unidades de Sentido para facilitar su comprensión y manejo a nivel práctico; análisis de las reacciones, prejuicios e interpretaciones del investigador acerca de cada unidad de sentido y acerca de las descripciones directas hechas por el individuo participante en la investigación con las tematizaciones y transformaciones realizadas por los investigadores, para clarificar si se han omitido detalles o si se han creado nexos causales donde no existen); proceso de triangulación entre investigadores y entre investigadores y personas participantes en la investigación; referencias o citas de las descripciones realizadas por las personas participantes en la investigación para sustentar las descripciones/interpretaciones realizadas en la elaboración de la estructura situada; análisis de convergencias y divergencias de las personas participantes en la investigación, y retroalimentación de los resultados encontrados en las personas participantes en la investigación (tanto de manera parcial durante el proceso de investigación, como al final de estas) (De Castro & García, 2008)

7.2 Diseño de la investigación: Cualitativo

La investigación de tipo cualitativa, mediante 6 entrevistas a profundidad realizadas entre los meses de septiembre de 2015 y mayo de 2016.

7.3 Tipo de investigación

El tipo de investigación que corresponde al actual trabajo es de *estudio de caso único*, el cual surge por la necesidad de entender un fenómeno determinado dentro de un contexto espacio-temporal particular. En este tipo de estudio lo importante no es buscar una universalidad de los fenómenos observados, una generalidad de los hallazgos; sino que se busca comprender como se desenvuelve en este caso un individuo específico, en una situación específica (proceso terapéutico), en este sentido, “la dinámica del proceso debe ser derivada a partir de la relación de un individuo concreto con una situación concreta” (Martínez, 2002).

5.4 Técnicas de investigación

En el curso de la presente investigación se implementaron las siguientes técnicas de investigación:

- Historia clínica con enfoque fenomenológico-existencial, psicoterapia centrada en el sentido.
- Entrevista en profundidad con el consultante - C.
- Aplicación de Test de Autorretrato de la personalidad (Oldham & Morris) para una comprensión de los rasgos/trastornos de personalidad del consultante -C.

5.5 Identificación de la población participante (Historia Clínica del consultante).

En primer lugar, el consultante fue contactado e invitado a participar en la investigación, a la vez que se desarrollaba el proceso psicoterapéutico, y establecido el debido consentimiento informado.

5.5.1 Datos generales

Nombre: José²

Escolaridad: Estudiante Universitario

Edad: 40 Años

Ocupación: Comerciante independiente

Profesional: Julián Castro Rengifo T.P. No. 141696

5.5.2 Motivo de consulta

El consultante expone que tiene dificultad con el manejo de impulsos e irritabilidad que con elevada frecuencia le ocasiona inconvenientes de tipo interpersonal. Afirma que “toda gira a raíz de mi agresividad, o sea soy muy agresivo para hablar, soy muy agresivo para expresarme, aún en mis movimientos soy muy agresivo, unido a esto no poder controlarla y poderle dar un manejo. Esa agresividad va ligada a un lenguaje inadecuado, actitudes incorrectas, gritos, exaltaciones y movimientos en sí agresivos. Sitúa como referente cronológico para la aparición del síntoma la muerte de su señor padre, 30 años atrás, por lo cual, su pareja y su asesor espiritual le han recomendado la búsqueda de ayuda profesional.

5.5.3 Examen de estado mental

Ante el examen del estado mental el consultante se muestra en términos de pensamiento con notables ideas de culpa asociadas a la agresión, en sus verbalizaciones emplea alusiones a la falta de locus de control interno, de manera que en ocasiones se desconoce a

² Respetando el anonimato y confidencial del consultante en el desarrollo de la investigación, algunos datos de la identidad del participante han sido reservados de tal forma que se cuide su derecho a la intimidad.

sí mismo. Se comunica de manera coherente y fluida. En el área sensorial, el consultante se advierte orientado sin dificultades.

CONTENIDO DE PENSAMIENTO: NORMAL ()		PLANES HOMICIDAS	1 2 3	TIEMPO	1 2 3
ACTITUDES ANTISOCIALES	1 2 3	PLANES SUICIDAS	1 2 3	LUGAR	1 2 3
FOBIAS	1 2 3	POBREZA DE CONTENIDO	1 2 3	PERSONA	1 2 3
IDEAS DESVALORACIÓN	1 2 3	PREOCUPACION SEXUAL	1 2 3	MEMORIA	1 2 3
IDEAS AGRESIVAS	1 2 3	PROYECCION	1 2 3	CONFUSION	1 2 3
IDEAS DE CULPA	1 2 3	RELIGIOSIDAD EXCESIVA	1 2 3	CONCENTRACION DEFICIT	1 2 3
IDEAS DE DESESPERANZA	1 2 3	SENT. DE IRREALIDAD	1 2 3	AMNESIA	1 2 3
OBSESION/COMPULSION	1 2 3	SENT. DE PERSECUCION	1 2 3	MEMORIA RECIENTE	1 2 3
PENSAMIENTO HOMICIDA	1 2 3	SUSPICACIA	1 2 3	MEMORIA REMOTA	1 2 3
PENSAMIENTO SUICIDA	1 2 3	SENSORIUM: NORMAL ()		CONFABULACION	1 2 3
PENSAMIENTOS DE HUIDA	1 2 3	DESORIENTACIÓN	1 2 3	DISMNESIAS	1 2 3

INTELECTO: NORMAL()		INSIGHT Y JUICIO: NORMAL ()		FUNCIONES SOMATICAS:NORMAL()	
SUPERIOR	1 2 3	POBRE INSIGHT	1 2 3	QUEJAS SOMATICAS	1 2 3
INFERIOR	1 2 3	POBRE JUICIO	1 2 3	FALTA DE APETITO	1 2 3
POBRE VOCABULARIO	1 2 3	DENEGACION	1 2 3	ALIMENTACION EXCESIVA	1 2 3
ESCASA INFORMACION	1 2 3	DESMOTIVACION	1 2 3	DOLOR DE CABEZA	1 2 3
ABSTRACCION POBRE	1 2 3	FALSA PERCEPCION DE SU		SUDORACION	1 2 3
DEFICIT EN SERIACIÓN	1 2 3	ESTADO DE ENFERMEDAD	1 2 3	PROBLEMA ESTOMACAL	1 2 3
				PALPITACION	1 2 3
				INSOMNIO	1 2 3
				ENFERMEDAD INJUSTIFI.	1 2 3

Tabla 2 – Examen Mental

5.5.4 Datos Familiares y Genograma

El hogar de A.J. está conformado por la esposa (Va – 36 años), los 2 hijos habidos en la relación (AJ – 12 años y MÁ– 8 años), así también la hija mayor de su esposa (CV - 18

años). También el hogar está compuesto por los suegros; el tipo de vínculo de la pareja es matrimonial que se ha constituido desde hace 14 años (año 2001). El consultante ha tenido, previamente a su hogar actual, tres hijas de tres distintas madres, con las cuales no ha hecho convivencia y afirma tener excelentes relaciones, con las madres de ellas (FD– 25 años / LS – 23 años / G – 13 años).

Referente al hogar de procedencia, A.J. es hijo único de la relación entre su padre (Edmundo Castrillón – fallecido hace 30 años) y su madre (O de 69 años y viva), aunque por medio de ellos individualmente posee 4 hermanos, siendo él el penúltimo en orden de nacimiento. El consultante menciona relaciones significativas con las 3 hermanas mayores (R – 52 años, S – 43 años y A - 43 años). Así mismo refiere que posee un hermano, por parte de madre (J – 44 años), con quien la relación es marcadamente distante. En el siguiente genograma se presenta la gráfica de la organización familiar.

En el siguiente genograma se presenta la gráfica de la organización familiar.

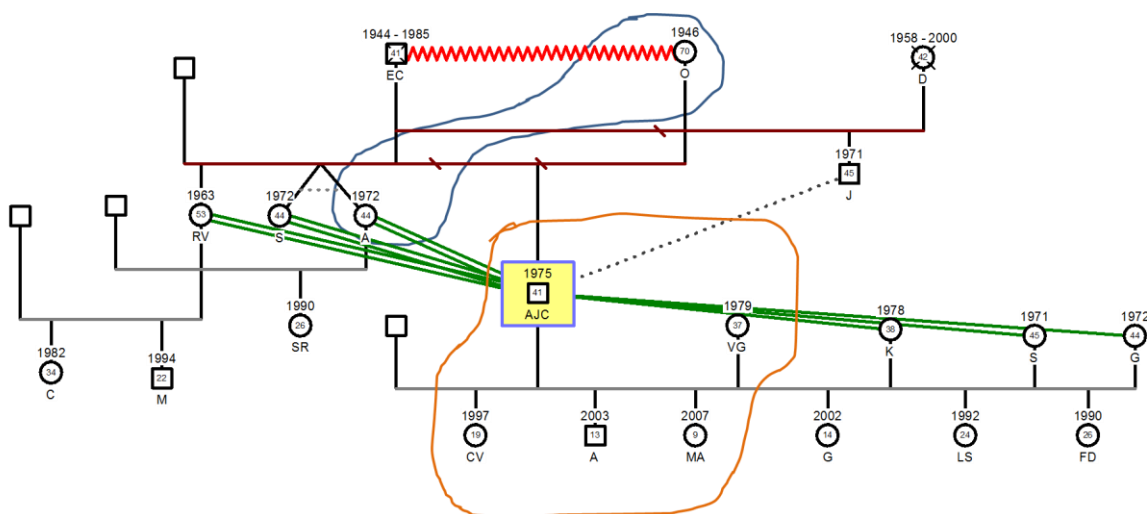


Figura No. 4 Genograma Familiar

5.5.5 Debilidades de la historia

Al solicitarle al consultante que refiera desde cuando exactamente esta es una situación que lo ha colocado en dificultad, responde que aproximadamente desde los 10, tiempo en el que mataron a su señor padre. Con ello, quiere decir que en el transcurso de los últimos 30 años ha tenido dificultades con el tema de la agresividad.

5.5.6 Dificultades actuales

Visto por componentes, las mayores dificultades que viene presentando el consultante se ubican en el espacio familiar y de pareja. Refiere una sensación de incertidumbre frente al futuro y la estabilidad de familia, dado que su trabajo independiente es una lucha diaria por lograr los recursos necesarios para autosostenerse (remitirse al apartado de *actividad y pasividad*).

5.5.7 Evaluación por áreas

“José” es un hombre de contextura gruesa y altura por encima del promedio de la población colombiana. Su ciclo de alimentación tiende a un estilo saludable, si bien es cierto que ha aceptado el refugio en la comida en algunos momentos de tensión, no reporta ingesta de alcohol, tampoco de cigarrillo o alguna otra sustancia psicoactiva.

A “José” le atrae la actividad física deportiva alrededor del fútbol, en donde se prueba así mismo la capacidad para el autocontrol en los momentos de competitividad, roce con otros jugadores y la propia exaltación.

Actividades: En el momento del abordaje terapéutico “José” tiene una agenda compuesta por trabajo como empresario independiente del calzado, la cual combina con las clases en la universidad. Reporta quejas mórbidas debido a dolores osteomusculares; reporta que el ciclo de sueño es bueno, acorde a la reparación corporal para las actividades cotidianas del siguiente día.

Las manifestaciones de malestar o síntomas de incomodidad generalmente se dan en el espacio del trabajo, en las interacciones con las personas que están bajo su cargo en el taller de calzado, o con los proveedores; y particularmente, en la calle, mientras conduce su auto. También refiere que por razones económicas prevé que tendrá que abandonar sus estudios en la universidad, donde adelanta la carrera profesional en Teología.

5.5.8 Evaluación del nivel de restricción psicológica

Con el consultante se implementa el Test del Autorretrato de la Personalidad, instrumento cuya finalidad es la orientación y autoconocimiento, antes que la emisión de un diagnóstico como tal. Los resultados del mismo permiten inferir lo siguiente (ver Figura No. 5):

GRÁFICO DEL AUTORRETRATO

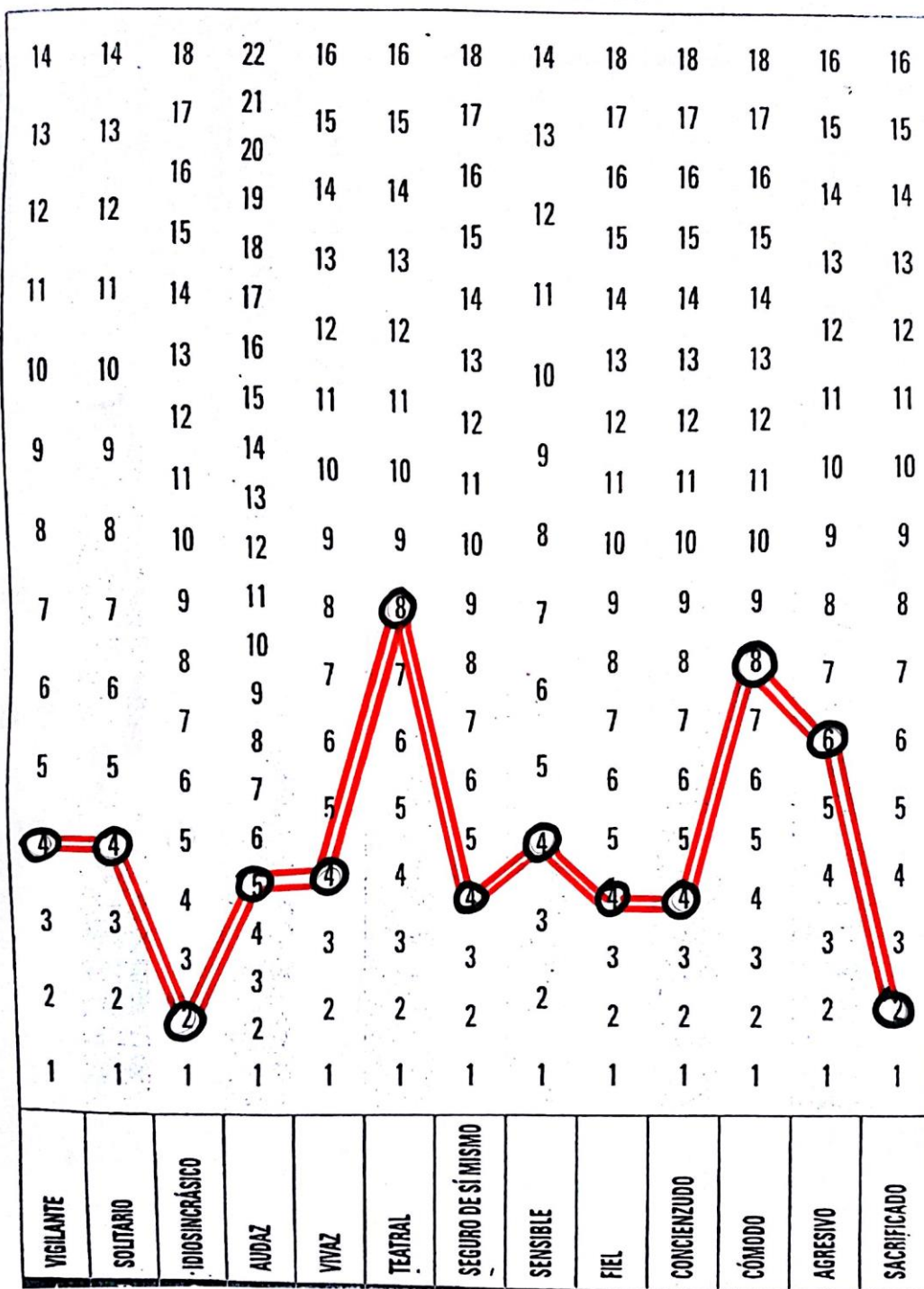


Figura No. 5 Gráfica Autorretrato A.J.C

Un tipo de personalidad con rasgos teatrales, cómodos y agresivos. Predomina, de acuerdo a la información aportada en el verbatim del consultante, características propias del trastorno de personalidad pasiva- agresiva. Igualmente, el estilo predominio del rasgo cómodo podrían explicar su agresividad, en la medida en que experimenta con frecuencia el impulso agresivo, pero en la expresión lo disimule o autodirija.

Autodistanciamiento:

- Autocomprensión: Se evidencia en “José” confusión en la coherencia e identidad personal. Si bien desde los primeros momentos terapéuticos hay avance en esta área de autodistanciamiento.
- Autorregulación: Se evidencia un nivel de desregulación significativo en lo relativo al malestar y defensividad, ocasionándole distrés constante.
- Autoproyección: Aunque a “José” se le dificulta proyectarse en un futuro captando una versión mejorada de sí mismo, manifiesta desde la primera sesión motivación para el cambio.

Autotrascendencia:

- Diferenciación: A nivel de pareja se observa un grado importante de diferenciación que ha construido la relación y ha prevenido dificultades relacionales; a la vez que se encuentra una tendencia a la agresividad pasiva, direccionando el impulso agresivo hacia sí mismo.
- Afectación: “José” reporta necesidad de conectar con una gama más amplia de valores, y repuesta ante la pregunta: ¿por qué ser mejor como persona? por el deber (conciencizado?) o la culpa, o porque conecta con valores más altos por los que se siente atraído.
- Entrega: En parte la motivación para el cambio el deseo de salir de sí hacia algo que no es él mismo. En el relato de “José”, se deja entrever la captación de valores relacionados con los otros, dejándose tocar para realizar el sentido como un acto de salir de sí mismo y entregarse a las necesidades del otro.

5.5.9 Actividad y Pasividad (Estrategias de Afrontamiento)

Pasividad incorrecta de primer nivel. Estas estrategias se manifiestan en forma de un trastorno alimentario (bulimia nerviosa) como forma de enfrentar las tensiones, producto del vacío existencial.

Pasividad incorrecta de segundo nivel. Manifestada en forma de trastorno de personalidad pasivo-agresiva (como puede apreciarse en el resultado del Test de Autorretrato) que le caracteriza como una persona que teme el ser agresivo para con los otros, de los cuales a su vez depende. Su modus operandi es una agresividad disimulada (pasiva) generalmente camuflada como una conducta de oposición que lleva consigo sentimientos agresivos.

Esto se refleja en:

- Eludir cumplir sus obligaciones aduciendo que “se le olvidó”.
- Dilatar las cosas que debe hacer, de modo que no cumpla con los plazos.
- Creer que hace las cosas mucho mejor de lo que los demás piensan.
- Criticar o despreciar sin motivo a las figuras de autoridad.

5.5.10 Diagnóstico Alternativo

Se avizoran potencialidades en varios aspectos de su biografía personal, en el escenario de la red familiar de apoyo y la comunidad de fe a la que pertenece.

- Biografía personal: Existe en “José” un valor importante en el escenario formativo. Se destaca la capacidad analítica, e incluso deportivo.
- Red familiar de apoyo: El consultante define a familia como una red unida que se apoyan mutuamente, aunque estén separados geográficamente.
- Comunidad de fe: también su filiación a una iglesia cristiana es un referente que le reporta resiliencia, desde su fe en Dios y los valores del nivel sagrado que iluminan su existencia autotranscendente.

Cuando el consultante hace referencia a sus *huellas de sentido* momentos importante y positivos de su historia resalta el hecho de haber tenido que buscar los medios para salir

adelante, la madre saliendo de un proceso de alcoholismo dada la relación disfuncional con su padre, quien desapareció del escenario de sus vidas por una muerte violenta. Sus hijos(as), 8 en total son para él una de sus máximas realizaciones, y dedicarse a ver crecer a sus dos hijos más pequeños (producto de su relación actual), para quienes tiene la oportunidad de acompañar más de cerca, ya que no le fue posible hacerlo con las hijas mayores.

5.5.11 Iatrogenia e hiperreflexión

El consultante refiere que anteriormente no ha acudido a ningún tipo de asesoramiento, incluyendo algún asesoramiento de tipo espiritual. Al respecto afirma “la verdad, lo espiritual lo he hecho yo mismo, o sea arrodillándome, pidiéndole perdón al Señor y luchando conmigo mismo. Pero definitivamente, hoy a mis 40 años me doy cuenta que realmente no lo puedo manejar y que necesito ayuda profesional. Aunque estudio teología y conozco los comportamientos, el espíritu santo y todas esas cuestiones, pero no lo he podido manejar”.

El consultante tampoco registra eventos iatrogénicos del pasado, y, de hecho, manifiesta que ha intentado, por lo general, iniciar procesos de cambio a fuerza de voluntad y mediante su fe personal que le acerca a los ideales de conducta que defiende.

5.5.12 Diagnóstico Interactivo e Integrativo de los Datos

Con el consultante se identifica un vacío existencial, problemas familiares y de tipo laboral – económicos. A continuación, el registro de trastornos de acuerdo al DSM V y el CIE 10.

Eje I: Trastornos Clínicos, otros problemas que pueden ser objeto de atención	
Código del Dx: 307.50	Nombre DSM-IV: Trastorno alimentario o de la ingestión de alimentos no especificado (F50.9)

Eje II: Trastornos de la Personalidad	
Código del Dx: 301.9	Nombre de DSM- IV: Otro trastorno de personalidad no especificado (F60.9) - Trastorno Pasivo Agresivo
Eje III: Enfermedades Médicas (con código CIE 10)	
Código del Dx: M99	Nombre CIE10 Trastornos del Sistema Osteomuscular (Columna vertebral): - Lesiones biomecánicas, no clasificadas en otra parte
Eje IV: problemas psicosociales y ambientales	
Problemas Familiares Problemas Laborales: condiciones laborales difíciles. Problemas económicos: economía insuficiente.	
Eje V: Escala de la Actividad Global	
• EEAG	80

Tabla 3 – Diagnóstico interactivo e integrativo de los datos

6. PROCEDIMIENTO PARA EL ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

A continuación, se presenta y analiza la información recopilada en el estudio de caso, de manera que se da cuenta del tipo de sistematización y sus pasos.

- Sesiones psicoterapéuticas: Una vez definido el tema a investigar se priorizó el caso de “José”, dadas sus similitudes con el objeto de estudio. El caso documenta seis (6) sesiones realizadas con el consultante. En la primera sesión se compartió con el consultante la naturaleza de la investigación, a la cual se invitó a participar. “José” estuvo de acuerdo y accedió a la grabación de las sesiones, garantizando su anonimato y el manejo confidencial de la información.

Nota: Las sesiones fueron transcritas mediante el procesador de texto para facilitar la sistematización de la información.

- Sistematización: De cada sesión se clasificó la información mediante unidades de análisis o categorías y subcategorías propuestas en la investigación, se realizaron las transformaciones de acuerdo a los componentes teóricos de la investigación y posteriormente fueron trianguladas con las observaciones de un tercero (el tutor), lo cual permitiera confrontar las reacciones, percepciones o distorsiones que se pudiesen generar en el proceso de interpretación. Una vez llevado a consenso se pasó a las conclusiones y recomendaciones emanadas del análisis de dichas unidades del estudio de caso. Los instrumentos utilizados para la sistematización fueron, a saber:

- **Rejilla de recolección de información:** Permite verter la información y documentar las transformaciones del caso (en un discurso técnico y/o académico), para presentar de manera ordenada y clasificada al lector del trabajo.
- **Atlas.ti:** Software gratuito que se empleó como herramienta de apoyo para el análisis de la información. El programa permite crear una unidad hermenéutica por cada proyecto, ingresar las unidades de análisis en categorías o códigos y así rastrear en el discurso del consultante las coincidencias en su verbatim y las unidades respectivas. (ver Figura No. 6)

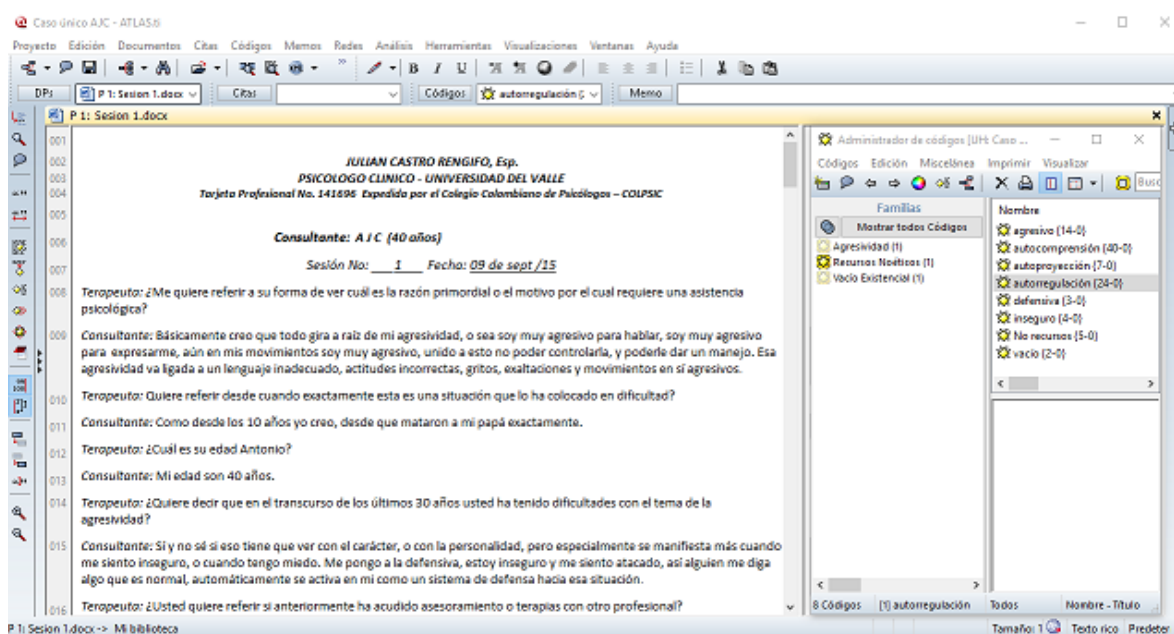


Figura No. 6 Atlas.ti

6.1 Definición de las Categorías de Análisis

En el presente apartado se presenta la matriz de *Categorización de las Unidades de Análisis*, que no son otra cosa que los lentes que permiten hilar los significados que el consultante expresa acerca de su experiencia inmediata, e igualmente de los intereses que emergen de la tarea del investigador.

<i>CATEGORIAS DE ANALISIS (Familias)</i>	<i>DEFINICIÓN CONCEPTUAL</i>	<i>SUBCATEGORIAS (Códigos)</i>
Agresividad	Patrón de respuesta o recurso defensivo frente a los estresores internos y/o externos (Martínez O., 2011)	Agresivo Defensivo
Recursos (noéticos)	Son el conjunto de fenómenos, capacidades o manifestaciones espirituales, expresadas por el autodistanciamiento y la autotranscendencia (Frankl V. E., 2002)	Autocomprensión Autorregulación Autoproyección Restricción de la expresión de los recursos)
Vacío (existencial)	Sentimiento de falta de sentido de la propia existencia (Frankl V. E., 2003)	Inseguro Vacío

Tabla 4 – Categorías y subcategorías de Análisis

Como puede verse, para el lenguaje propio del programa Atlas.ti las tres unidades de análisis (agresividad, recursos noéticos y vacío existencial), se asumen como *familias* de las cuales se desprenden los nueve (9) códigos, que en el lenguaje investigativo son las subcategorías propiamente (agresivo, defensivo, autocomprensión, autorregulación, autoproyección y restricción de la expresión de los recursos).

7. RESULTADOS

A partir de este momento se presentan las rejillas de recolección de información de las entrevistas en profundidad, acuerdo a la categorías y subcategorías definidas en el estudio.

7.1 Categoría de análisis: Agresividad

7.1.1 Subcategoría: Agresivo

Preguntas	Respuesta del Consultante	Transformaciones	Reacciones
S1 (9) ³ ¿Me quiere referir en su forma de ver cuál es la razón primordial o el motivo por el cual requiere una asistencia psicológica?	Básicamente creo que todo gira a raíz de mi agresividad, o sea soy muy agresivo para hablar, soy muy agresivo para expresarme, aún en mis movimientos soy muy agresivo, unido a esto no poder controlarla, y poderle dar un manejo. Esa agresividad va ligada a un lenguaje inadecuado, actitudes incorrectas, gritos, exaltaciones y movimientos en sí agresivos.	La reacción agresiva en el consultante (C) tiene como propósito distensionar el organismo y lograr un estado homeostático directo, aunque no permanente. Además, cumple el papel de prevenir problemas mayores o puede ser entendida también como respuesta a la frustración existencial que el sujeto experimenta.	Considero que la transformación que realizas es coherente con la teoría, sin embargo, no se refleja de manera implícita en la respuesta del consultante, ya que la pregunta formulada busca auscultar el motivo de consulta.

³ Las letras “S” designa el número de sesión y el número el consecutivo asignado por el atlas.ti al comentario

<p>S1 (29) Me estaba hablando del componente de la familia</p>	<p>Sí, en la casa es como donde más exploto, por ejemplo, cuando los niños empiezan a pelear y el uno le grita al otro, y el otro grita más fuerte, entonces yo les digo que se tranquilicen, que no griten y ellos siguen; entonces eso me va poniendo la cabeza, como no sé, me va dando un desespero, yo podría decir que por ejemplo, las discusiones, pleitos alegatos, hace algo en mí que no sé qué es, eso me altera automáticamente, yo siento por dentro que hay algo que se activa, unas veces lo logro controlar pero otras veces no, entonces cuando eso sale arrasa con todo el mundo.</p>	<p>Resalta el hecho de que el C afirme que siente que algo se active en él, lo es indicador de un cierto dominio de su facticidad y de alguna manera sobre una reacción interna de la cual pareciera no hacerse responsable; si bien, reconoce el impacto de lo que sale de él y crea malestar en los demás (un destello de diferenciación)</p>	<p>El C expresa descriptivamente su facticidad, al igual que escasos momentos de autorregulación, que ponen en evidencia el grado de inflexibilidad del estilo de personalidad agresivo.</p>
---	--	---	--

<p>S1 (43) ¿quiere referir alguna situación de aparente riesgo que logra evadir?</p>	<p>Sí, por ejemplo en casa cuando los muchachos empiezan, porque ese es un tema de todos los días, lo que hago es que le digo a mi esposa, vaya controle a esos muchachos yo trato de mantenerme al margen aunque escucho y veo lo que está pasando, me quedo relegado y no tomo parte en el asunto o de pronto en otras situaciones externas con gente de la calle de pronto alcanzo a discernir la posición de la otra persona si es muy agresiva a veces opto de cierta manera agachar la cabeza o evitar pero eso me genera un conflicto porque cuando me voy me da rabia conmigo mismo porque no hice frente a esa situación.</p>	<p>Llama la atención en el discurso del C la presencia de autorreproches cuando se ha mantenido al margen o agacha la cabeza ante una situación conflictiva, lo que demuestra una vez más el dominio de la facticidad, la hiperreflexión ante lo que pudo haber hecho y no hizo y una tendencia marcada en huir del evento estresor</p>	<p>El consultante usa dos estrategias para evitar la expresión de su agresividad, por un lado, ignorar la situación y por otro protegerse de un eventual riesgo. Ese aspecto, es una coordenada importante para favorecer la autocomprensión.</p>
<p>S1 (44) ¿se manifiesta de alguna manera rabia contra ti mismo?</p>	<p>Sí, se manifiesta en el sentido porque digo porque me quede callado, hago una auto reflexión de lo que siento y creo yo q debía haber hecho y no hice, pero aun sabiendo que lo q hice fue lo mejor, pero me queda el sin sabor de “porqué me dejé”.</p>	<p>Nuevamente se presenta en escena la hiperreflexión. En la hiperreflexión el proceso de aceptar lo caído, no se da, la persona lucha y se esfuerza precisamente para no aceptar lo dado a la conciencia (Martínez O., 2011)</p>	<p>El consultante muestra momentos de Autodistanciamiento que le permite verse en situación y escasa diferenciación no le ha permitido el desarrollo de habilidades sociales.</p>

<p>S1 (56) Sobre todo porque al volante uno puede ir muy bien, pero la irresponsabilidad del otro o la falta de atención del otro le puede hacer daño en términos de la conducta vial. ¿Cómo ha logrado solventar la situación?</p>	<p>En carro particular, no esa parte la he podido manejar bien, antes hace 4 años alguien me cerraba yo le mentaba la madre y si tenía que bajarme me bajaba, empecé a trabajar en eso con mi esposa porque ella es muy centrada</p>	<p>Aquí se presenta el episodio agresivo acompañado del recurso de la autorregulación, importante en cómo el C hace gestión de emociones y encuentre apoyos en la red familiar</p>	<p>El C evidencia de alguna manera un nivel de desrestricción de algunos recursos noéticos como la autorregulación.</p>
<p>S1 (112) ¿Algún otro asunto que quiera agregar?</p>	<p>Eso es básicamente. Creo que asocio mucho las cuestiones de la biblia por toda la violencia que vi en mi casa porque mi papá le pegaba todos los días a mi mamá, entonces de alguna manera ha incidido en que cuando me siento inseguro me pongo agresivo, me sentía impotente cuando no podía hacer nada, pero ahora si me puedo defender.</p>	<p>En la situación descrita se patenta un desconocimiento del mundo emocional en el C en donde la dificultad para acceder a sí mismo le impide reconocer y aceptar su flujo emocional (Martínez O., 2011)</p>	<p>Se evidencia como la agresividad fue parte de su contexto familiar, lo que, de alguna manera lo aprendido se establece en lo psíquico forjando así su carácter con rasgos agresivos y asumiéndolos como una manera de defenderse, es decir, como una estrategia de afrontamiento.</p>

<p>S3 (9) la última vez que nos vimos yo recuerdo que referiste algunos episodios en los cuales has logrado un alto control de impulsos ¿Me quieres contar si ha habido otras circunstancias parecidas?</p>	<p>Sí, también hace como ocho días hubo algo con un conductor del Mío que luego que golpeó el espejo de mi carro siguió y yo no le dije nada; sin embargo, lo alcancé en el semáforo y le hice el reclamo. El me trató mal, yo me contuve, aunque me dio mucha rabia, yo no hice nada ni respondí como en otras ocasiones pude haberlo hecho.</p>	<p>Cuando el C afirma que experimentó mucha rabia, se puede entender cómo que hay un intento homeostático del organismo psicofísico por reestablecer el equilibrio y evitar el malestar.</p>	<p>La facticidad se hace más consciente en los procesos de autorregulación, dichos procesos se fortalecen y concretan cuando el consultante encuentra motivos depositados en valores que movilizan el cambio, no solo en el cambiar por cambiar.</p>
<p>S3 (45) eso es un buen indicador que todavía hay autocontrol en la misma relación con su esposa. ¿Le asaltan preocupaciones de manera anticipada?</p>	<p>Hay un asunto que quiero señalar y es que cuando estoy bajo mucha tensión tiendo a refugiarme en la comida. He notado que debo trabajar en ello, es decir, comer, pero solamente lo necesario.</p>	<p>El C evidencia una vez más el dominio de la facticidad, disponiendo de la alimentación excesiva como estrategia de afrontamiento</p>	<p>Comparto tu transformación.</p>
<p>S5 (14) usted dice que su agresividad va unida a unas falencias que debe organizar, ¿podría referir se a una en particular?</p>	<p>Por ejemplo, la comida. A mí me gusta demasiado la comida, pero también me he dado cuenta que cuando estoy ansioso, o cuando tengo momentos difíciles, o cuando tengo rabia de cierta manera me refugio en la comida.</p>	<p>El reconocimiento de la reacción desmedida en lo referido al hábito alimenticio no es suficiente como recurso de autodistanciamiento en él</p>	<p>El consultante genera se da cuenta que en momento de tensión calma el malestar psicofísico con la ingesta de alimentos, sin embargo, ello no implica un proceso de autocomprensión.</p>

<p>S5 (66) Mientras cuentas esta situación ¿siente alguna insatisfacción o incomodidad particular al pensar en ello?</p>	<p>Me siento como triste, y a la vez con rabia al ver la reacción de MC, que, aunque se les han inculcado principios, pero llega un momento donde ellos ya quieren experimentar</p>	<p>El C muestra un patrón emocional ambivalente (tristeza - rabia) que demuestra la incomodidad psicofísica, presentada como falta de acceso a sí mismo, facultad recurso espiritual de autodistanciamiento</p>	<p>Creo que la emociones que relatan ponen de manifiesto lo que el C considera valioso para sí y dichas emociones pueden constituirse en un camino de acceso al conocimiento de sí.</p>
<p>S6 (47) Es que puedas ver que “y o antes me angustiaba por eso y perdí los estribos y la tranquilidad ante una situación pausada pero ahora” ... ¿te estás viendo a ti mismo, ¿no?</p>	<p>Y trato de decir las cosas de la mejor forma, antes era como sintiera, y a veces era contraproducente. Aunque tenía la razón y tenía las mejores intenciones lo decía de una manera inadecuada, con rabia. Ahora trato de hablar de una manera pausada, en un tono de voz baja, porque antes hablaba y hablaba y de pronto me encontraba gritando y no me daba cuenta.</p>	<p>La logoterapia apela a la persona, a la facultad del espíritu de contraponerse a lo psicofísico, de resistirle, a ese poder de resistencia del espíritu; a este poder recurre a este poder se remite. (Martínez O., 2011) Es precisamente ya en esta sexta sesión terapéutica en la cual se constata la autocomprensión frente a los impulsos agresivos, cuando el C afirma “porque antes hablaba y hablaba y de pronto me encontraba gritando y no me daba cuenta”.</p>	<p>Considero que el C avanza en un proceso de autocomprensión y autorregulación de la conducta agresiva que le permite el desarrollo de habilidades sociales.</p>

7.2 Categoría de análisis: Agresividad

7.2.1 Subcategoría: Defensiva

Preguntas	Respuesta del Consultante	Transformaciones	Reacciones
S1 (15) ¿Quiere decir que en el transcurso de los últimos 30 años usted ha tenido dificultades con el tema de la agresividad?	Sí y no sé si eso tiene que ver con el carácter, o con la personalidad, pero especialmente se manifiesta más cuando me siento inseguro, o cuando tengo miedo. Me pongo a la defensiva, estoy inseguro y me siento atacado, así alguien me diga algo que es normal, automáticamente se activa en mí como un sistema de defensa hacia esa situación.	La defensividad se percibe aquí como un bloqueo de acceso a sí mismo, apareciendo la estrategia de afrontamiento incorrecta. Se patentó la necesidad de que el C logre cambiar las estrategias de afrontamiento por pasividades y actividades justas.	La defensa es la respuesta ante la posible hostilidad. Una estrategia de afrontamiento ante la amenaza existencial captada de un mundo que es peligroso y que amenaza su existencia.

<p>S1 (15) ¿puedo suponer que estos problemas con su agresividad le han representado inconveniente con otras personas, no solo con su núcleo familiar?</p>	<p>Sí, pero a un nivel más bajo, por ejemplo, en los deportes cuando juego fútbol solía ser muy agresivo, entonces opte por practicarlo ya no a nivel competitivo sino recreativo, entonces disminuyó, la verdad no soy de pelear en la calle, nada de eso, simplemente cuando me agreden automáticamente me pongo en modo defensivo.</p>	<p>El C afirma que se pone en modo defensivo, máximo cuando la situación en que se encuentra es de carácter competitivo.</p> <p>Cuando una determina da conducta o estrategia no funciona, las personas normales cambian y pasan a utilizar otra. Sin embargo, las personas con un trastorno de la personalidad tienden a utilizar las mismas estrategias una y otra vez, con variaciones mínimas. (Martínez O., 2011)</p>	<p>El C ha buscado formas de evitar la agresividad en algunos contextos, pero estas formas no son derivadas de la autocomprensión</p>
<p>S1 (36) ¿cuándo usted dice a modo defensivo se refiere a que inmediatamente usted se prepara para dar el golpe o en ese momento puede auto controlar impulsos?</p>	<p>No, automáticamente me preparo para ver qué es lo que va a pasar, esperando y así mismo actuó...cuando estoy hablando con alguien que tenemos puntos de vista diferente empiezo hablar y cuando menos pienso estoy el tono de voz en alto, hablando muy duro, en esa parte yo diría que si se manifiesta</p>	<p>El resultado de alta defensividad es que siempre se acaban empeorando las cosas.</p> <p>El C experimenta un incremento de su nivel de estrés, y realiza percepciones de la realidad social cada vez más distorsionadas</p>	<p>Creo que en esta parte el C está evidenciado una baja expresión de la autotrascendencia, especialmente de la diferenciación, ya que, aunque parece que logra una clara legitimación de sí mismo, no sucede igual con la legitimación del otro.</p>

7.3 Categoría de análisis: Recursos Noéticos

7.3.1 Subcategoría: Autocomprensión

Preguntas	Respuesta del Consultante	Transformaciones	Reacciones
S1 (19) ¿Usted quiere referir si anteriormente ha acudido a asesoramiento o terapias con otro profesional... incluyendo a algún asesoramiento de tipo espiritual, o incluso médico?	La verdad, lo espiritual lo he hecho yo mismo, o sea arrodillándome, pidiéndole perdón al Señor y luchando conmigo mismo. Pero definitivamente, hoy a mis 40 años me doy cuenta que realmente no lo puedo manejar y que necesito ayuda profesional. Aunque estudio teología y conozco los comportamientos, el espíritu santo y todas esas cuestiones, pero no lo he podido manejar.	La sensación de que no lo puede manejar puede ser un verdadero indicador de cambio en el C; no obstante, el camino que le espera para descubrir la capacidad de autodistanciarse puede sacarle del sentirse defraudado porque “la vida no le ha dado algo mejor”	El C evalúa lo dado a la conciencia y puede establecer los aportes de los diferentes saberes como la teología y la psicología a su conducta agresiva.

<p>S1 (43) ¿Quiere referir alguna situación de aparente riesgo que logra evadir?</p>	<p>Sí, por ejemplo en casa cuando los muchachos empiezan, porque ese es un tema de todos los días, lo que hago es que le digo a mi esposa, vaya controle a esos muchachos yo trato de mantenerme al margen aunque escucho y veo lo que está pasando, me quedo relegado y no tomo parte en el asunto o de pronto en otras situaciones externas con gente de la calle de pronto alcanzo a discernir la posición de la otra persona si es muy agresiva a veces opto de cierta manera agachar la cabeza o evitar pero eso me genera un conflicto porque cuando me voy me da rabia conmigo mismo porque no hice frente a esa situación.</p>	<p>El C se debate entre el eludir las situaciones conflictivas que lo colocan en riesgo, y eso de alguna manera es autocomprensión (verse en situación); no obstante, aún tiene que lidiar con la facticidad asociada al malestar del autorreproche. Requiere no dejar de asumir las responsabilidades, incluyendo la responsabilidad que emana de sus actuaciones, sin que esta aceptación solo quede en mera resignación.</p>	<p>Creo que lo que hace el C es regular su agresividad, mas no autorregular la misma, ya que, aunque evita ciertas circunstancias, de acuerdo al relato, aun no logra comprender su agresividad como una estrategia ante una amenaza existencial captada en su proceso de desarrollo</p>
<p>S1 (47) ¿se manifiesta de alguna manera rabia contra ti mismo, incluso hasta el nivel de autocuestionarse?</p>	<p>Sí, por ejemplo, yo tengo algo, ese autocuestionamiento me puede durar días, por ejemplo, en el día, y luego otra vez y revivo ese momento tres, cuatro cinco días después buscando encontrar no sé qué.</p>	<p>Podría decirse que el C percibe el fruto de la hiper reflexión que le acompaña , pero igualmente requiere comprender las pasividad es y actividades incorrectas y aceptando la sensación de amenaza que se experimenta.</p>	<p>Creo que la formulación de la pregunta puede sugerir respuesta. Es posible, además, que el C por sus bajos rasgos idiosincrásicos, sea una persona muy convencional, lo que explicaría la hiperreflexión en torno a su conducta.</p>

<p>S2(109) ¿Cómo califica usted esta última semana? ¿Usted me dio como ejemplo dos situaciones interesantes y veo que hay sentimiento de logro?</p>	<p>Yo creo que ha sido muy positivo para mí, para mi esposa, para mis hijos, para mi núcleo familiar. El cambio se siente automáticamente, en la casa ya no se siente esa tensión, por ejemplo, antes llegó el papá, y entonces mucho cuidado no vayan a embarrarla porque el papá los va a regañar; entonces ahora ya no hay esa tensión, todo es normal</p>	<p>La Autocomprensión como elemento del autodistanciamiento ha permitido al C el verse en situación y en sus circunstancias particulares, darse cuenta de lo que le sucede, lo que piensa y lo que siente, identificarse y afirmarse a sí mismo a través del autoconocimiento</p>	<p>Considero que esta referencia de la entrevista se ajustaría mejor a la subcategoría de Autorregulación.</p>
<p>S2 (73) De la familia que usted ha mencionado aquí ¿con cuáles no tiene usted una buena relación, o generalmente son buenas relaciones con ellos?</p>	<p>Tengo buena relación con toda mi familia, de hecho, me atrevería decir que toda mi familia me quiere demasiado, porque tengo una manera de ser especial en cuanto el sentido de lo que es una familia, siempre trato de que estén unidos, de estar pendiente de ellos y de que no se pierda la comunicación.</p>	<p>La percepción de las relaciones saludables entre la red familiar de apoyo fortalece el autoconocimiento de C; y, además, representa coherencia e identidad personal para él (sentido descubierto en las relaciones paterno-filiares</p>	<p>Considero que esta referencia de sesión no aborda de manera directa la subcategoría.</p>

<p>S2 (99) ¿Considera en algún momento que, en esas mismas situaciones, un evento futuro podría ser distinto, algo que bloquee o se interponga para que usted tenga feliz resolución de situaciones parecidas?</p>	<p>No pues la verdad, todo el tiempo en mi mente y mi corazón lo que quiero es trabajar esa parte. Estoy a la expectativa en la eventualidad de ese tipo lograr darle el manejo más adecuado. Aunque a veces pienso que hay una línea fina entre el sentir que me faltaron al respeto, y a la vez no exaltarme. Ahí a veces me perdía un poco esta semana y me digo: ¿Qué hago? Yo puedo reaccionar, pero de una manera más acorde.</p>	<p>Tratándose de un hombre apegado a los derechos de los demás, ha logrado reconocer lo que llama como “línea fina” en medio de sus percepciones, aunque persiste el patrón hiperreflexivo.</p>	<p>Considero que aquello que llega a su conciencia: “me faltan al respeto” ofrece una posibilidad para la autocomprensión, es decir, adentrarse en su mundo y poder comprender como es que emerge esa conclusión, que significa tal cosa y de qué manera construyó ese patrón de pensamiento.</p>
<p>S3 (115) ¿ha tenido algunas sensaciones relacionadas con este acompañamiento terapéutico?</p>	<p>Sí he reflexionado, tengo muchas expectativas en este tratamiento. Por ejemplo, hace ocho días al concluir la cita, uno quiere como seguir y seguir. A veces quiero que me diagnostique y que me diga que es lo que tengo, pero igual sé que eso tiene un proceso. Esto que estoy haciendo es muy importante para mí, y también es muy importante para mi familia, porque va a mejorar mucho nuestro ambiente familiar, que, aunque no es malo no puedo obviar que hay asuntos que deben mejorarse.</p>	<p>Se verifica la presencia de un tipo de autodistanciamiento que conecta con la autoproyección, “esto que estoy haciendo... va a mejorar mucho nuestro ambiente familiar”</p>	<p>Estoy de acuerdo que tu apreciación. El C ha depositado una confianza en el proceso que le ayuda a verse y ver su hogar en una dinámica relacional diferente, mejorada.</p>

<p>S3 (65) Me parece que ser clarificador y directo, respetando los derechos de los demás, es saludable.</p>	<p>Sí, yo creo que debo ser más prudente al utilizar los términos. Pienso que para confrontar soy bueno. Siempre soy quien hace valer sus derechos y si es necesario instauró una tutela o un derecho de petición y agotó todos los recursos posibles.</p>	<p>Progresivamente el C ha ido avanzando en autodistanciamiento, se reconoce a sí mismo en situación y abandera la causa del otro (principio importante para la autotrascendencia)</p>	<p>El C comprende que sus acciones para validar derechos son imprudentes y es como lo afirma Julián, un avance en la desrestricción noética.</p>
<p>S4 (32) A propósito, ¿estos aspectos que he descrito de usted sienten que reflejan su personalidad?</p>	<p>Observo que cuando soy tratado con afecto por mi esposa abrazado y contemplado es para mí un lugar seguro. Para mí es importante la aceptación de las personas, por ejemplo, cuando trabajó con algunas personas para mí es importante el ser aceptado para poder trabajar bien.</p>	<p>Sale a flote una característica de rasgo teatral en relación con la percepción de ser aceptado o no ante los demás, lo cual puede constituirse en un aspecto para ser abordado posteriormente</p>	<p>Considero que aparte de tu reflexión, con la que estoy de acuerdo, también hay que tener en cuenta que la necesidad de aceptación hace parte del estilo agresivo, ya que la amenaza existencial percibida, Ser maltratado, agredido, abusado, humillado, hacen que la persona se siente segura en un ambiente de aceptación o asuma una actitud agresiva o defensiva ante un ambiente hostil.</p>

7.4 . Categoría de análisis: Recursos Noéticos

7.4.1 Subcategoría: Autorregulación

Preguntas	Respuesta del Consultante	Transformaciones	Reacciones
<p>S2 (93) ¿siente que esa clase de sensaciones y de situaciones son buenas para usted?</p>	<p>Lo que siento sí, me sirve para saber que lo puedo hacer. Hubo una situación entre los muchachos en casa, y la manejé perfectamente en cuanto a lo que quiero lograr, que es el dominio propio en esa parte; no explotar sino decir las cosas de la manera correcta. Pasó esta situación con el hijo mío que se puso de grosero, me faltó al respeto y me levantó la voz. Yo lo pude manejar, hablarle en un tono bajo: “mijo” esto está mal, usted me debe respetar. Eso me hizo sentir bien. De hecho, yo tuve que salir y mi esposa dice que se quedaron hablando del tema y muy receptivo, hubo como un reconocimiento allí.</p>	<p>El hecho que el C menciona el “dominio propio” puede ser explicado como un cierto reconocimiento de sus propios síntomas y de percatarse de modos liberadores de afrontar la vida que puede conquistar (actividad correcta). Lo anterior es la voluntad de sentido aplicada, ya que para el individuo con personalidad pasivo-agresiva requiere una pasividad justa que la libere de la impulsividad, que, aunque es disimulada, hace daño contra sí mismo.</p>	<p>Considero que el C ha adelantado acciones concretas de autorregulación, orientadas por la percepción de valores.</p>
<p>S2 (81) Me gustaría preguntarle en esta etapa de evaluación el motivo de consulta que me refirió la semana</p>	<p>Muy bien, esta semana “eso” me trato de dar tres veces y lo pude manejar adecuadamente.</p>	<p>Verse así mismo en situación es característica del Autodistanciamiento ante la facticidad (eso me trató de dar”), lo que da lugar al despliegue del antagonismo psiconoético facultativo</p>	<p>Comparto tu apreciación</p>

<p>pasada, la agresividad, la irritabilidad.</p> <p>¿Cómo ha pasado esta última semana?</p>			
<p>S3 (21)</p> <p>Recuerdo mucho que decías de unas actitudes agresivas que te acompañaban desde hace mucho tiempo y que ahora te impedían tener buenas relaciones.</p>	<p>Sí, efectivamente ahora me siento como más liviano, por ejemplo, el lio que tuve con el conductor del Mio. En otro tiempo yo había reaccionado fuerte ante todas sus injurias, pero pensé que no vale la pena ponerme a pelear.</p>	<p>Aunque esta es una mirada retrospectiva de las experiencias estresantes el indicador de cambio está dado en la toma de conciencia y la posibilidad de resolver por otros caminos el inconveniente interpersonal</p>	<p>Estoy de acuerdo con tu transformación. Es importante el dato que expresa el C cuando afirma que “no vale la pena” creo que esa expresión refleja la captación de nuevos valores que dan sentido a su nueva conducta.</p>
<p>S3 (23)</p> <p>¿Quieres mencionar que propósito identificas, o, mejor dicho, qué razones hay por las cuales siente que es importante mejorar como persona?</p>	<p>Lo primero es que me hace estar tranquilo conmigo mismo. Estoy tranquilo de saber que estoy haciendo lo que es correcto. Aparte de eso ya no me mantengo en esa posición a la defensiva, por lo cual yo sentía que me estaban atacando y yo contrarrestaba eso.</p>	<p>La respuesta demuestra un escenario de percepción de valores muy importante en el C. En primer lugar, el valor está más dentro de sí que en circunstancias externas (“me hace estar más tranquilo”); y, por otra parte, la libertad permite una opción a la defensividad</p>	<p>De acuerdo, el C está siendo movilizado por la percepción de valores vitales y éticos que dan sentido a su nueva conducta.</p>
<p>S4 (30) Esa área tiene que ver con la autoproyección la capacidad de verte a ti mismo cuando hayas superado la dificultad presente.</p>	<p>Ayer justamente tuve una situación con un señor que me fábrica calzado. Él fue muy grosero, me trató feo y yo pensaba muchas cosas, pero me contuve. Finalmente, le dije que cuadráramos el trabajo y que no trabajábamos más juntos. Cuando lo vi</p>	<p>“Cuando lo vi así de furioso me vi reflejado”, es una alusión a la presencia de la autorregulación, pues le permite verse a sí mismo en situación. De igual forma la expresión “Yo iba bajando la intensidad... él quería que yo me enganchara en la discusión” es un producto de la autocomprensión y autorregulación que cooperan e</p>	<p>El verse reflejado en el otro es una experiencia de autocomprensión, que le permitió en ese momento, autorregular la conducta agresiva aprendida, de modo que el C experimenta una actualización de</p>

	así de furioso me vi reflejado y noté que mientras yo iba bajando la intensidad de las palabras él quería que yo me he enganchara en la discusión.	n el C, otorgando libertad para implementar otras salidas al malestar y a la tensión del momento.	su modo de ser.
S5 (16) ¿Sigue siendo un factor de preocupación o sientes que le has dado un tratamiento a esa área de tu vida?	Bueno cuando llega esa conciencia de que lo tengo que controlar. Traté de controlar esa parte de la comida, hago una relectura de mi vida y siempre he tenido problemas de sobrepeso. Lo que empezado a hacer primero es mejorar la alimentación, por ejemplo, suspendiendo las grasas y la gaseosa y hacer más deporte.	Otra estrategia de afrontamiento de primer nivel es la bulimia nerviosa. El DSM IV la conceptúa como un desorden alimenticio unido a una necesidad de trasfondo psíquico. Desde el punto de vista de la autocomprensión es un hallazgo valioso en el C; si bien, el modo de afrontamiento desde lo psicofísico requiere mucho más trabajo de autorregulación	El C expresa su capacidad de autodistanciamiento al evaluar lo que llega a su conciencia, en este caso, su capacidad de autocomprensión se manifiesta, posibilitando la autorregulación de la conducta alimentaria, sin embargo, es importante que el C pueda captar los valores que dan sentido al cambio.
S6 (54) Eso que dice forma parte del mejoramiento que ha percibido de usted su esposa ¿eso incluiría si yo llamo a tu hijo y el que destacaría de ti?	Sí, por supuesto. En la casa todo estaba tranquilo antes y llegaba el papá y ellos pensaban: ¿“y ahora qué va a decir mi papa” ?, “mucho cuidado con mi papá, con lo que vamos a decir”, en cambio ahora el papa llegó y todo pasa sin que nadie se tense. Esto es bueno especialmente para los niños, yo ya los veo más relajados.	La autorregulación comienza a conectar con valores desde el punto de vista de lo que él mismo C consideraba valioso y de la afectación-beneficio de su familia, es decir, los recursos para el cambio se visibilizan de manera importante.	Estoy de acuerdo

7.5 Categoría de análisis: Recursos Noéticos

7.5.1 Subcategoría: Autoproyección

Preguntas	Respuesta del Consultante	Transformaciones	Reacciones
S4 (20) ¿qué le mueve a cambiar en lo profundo?	Ah claro, por este amor que tengo a mi esposa y a mis hijos tomé la decisión de manejar otras herramientas para mejorar. Es un aliciente que en mi familia mi nueva forma de ser aporta al bienestar.	La autoproyección como motivador del cambio se concentra en un valor familiar. Un siguiente “paso” podría consolidarse como una motivación desde el locus de control interno (individual) permita un mejoramiento más sostenible	La familia es percibida como experiencia de valiosidad promueve la autoproyección y con ello motivación para el cambio.
S3 (41) Una de las cosas que es importante definir es qué metas cumplidas indicaría que el proceso terapéutico ha llegado a su fin.	Yo creo que esta pregunta la tengo clara y la podría responder. El momento para hacer el cierre sería cuando logre un dominio propio sobre mis emociones, o sobre mi temperamento, o de cierta manera, sobre esa violencia o agresividad. Yo he sentido el cambio desde que hemos iniciado las asesorías. Ese sería el núcleo fundamental que debería superar y de allí vienen a otras situaciones que pueden asociarse a mi caso.	El impacto del abordaje desde la psicoterapia centrada en el sentido es concretos y medibles. Así mismo, la educación a la responsabilidad le será exigida al C en cuanto ajustes y retos que debe asumir.	Creo que si la pregunta hubiese sido más específica la respuesta también lo hubiese sido, por ejemplo: ¿Qué comportamientos concretos de tu parte, indicarían que hemos cumplido el objetivo de la terapia? Hago la sugerencia porque la intención de la pregunta me parece muy importante. Sin embargo, el C, expresa la autorregulación de la agresividad como meta general

<p>S5 (32) Otra área importante en la de la proyección. Si yo le preguntó en cinco años ¿dónde le gustaría verse? ¿Cómo sería su vida en 5 años habiendo superado las situaciones en que hoy espera avanzar?</p>	<p>Creo que, con mayor bienestar personal, estaré con la mente más dispuesto para realizar otras cosas.</p>	<p>La intencionalidad de la pregunta socrática es dar paso a la autoproyección, la respuesta del C alude a un valor vital que, sin ser menor en importancia, debe corroborarse con valores espirituales (éticos, intelectuales y estéticos)</p>	<p>De acuerdo con tu transformación. Es importante tener en cuenta la especificidad al hacer preguntas que movilicen la autoproyección, ya que de esa manera el C responderá de manera amplia y específica, lo que redundará en el efecto motivacional para el cambio.</p>
---	---	---	--

7.6 Categoría de análisis: Recursos Noéticos

7.6.1 Subcategoría: Restricción de la expresión de los recursos

Preguntas	Respuesta del Consultante	Transformaciones	Reacciones
<p>S1 (11) ¿Quiero referir desde cuándo exactamente esta es una situación que lo ha colocado en dificultad?</p>	<p>Como desde los 10 años yo creo, desde que mataron a mi papá exactamente.</p>	<p>El consultante muestra convicciones relativas a su historia y biografía personal; también atribuye a la etapa posterior a la muerte de su padre el inicio de sus sufrimientos en la vida, sin embargo; la posibilidad de autocomprensión debe movilizarlo para ir develando las pasividades y actividades incorrectas y aceptando la sensación de amenaza que se experimenta, observando y comprendiendo los procesos emocionales y cognitivos que experimenta, asumiendo la <i>responsabilidad</i> sobre la participación de la persona en lo que le sucede y aceptando lo que se está dando, <i>sin confundir aceptación co</i></p>	<p>De acuerdo</p>

		<i>n resignación</i> (Martínez O., 2011)	
S5 (50) La última vez usted expresó avances en algunas áreas, ¿hoy desea compartir algo nuevo acerca de los últimos días que han pasado	Sí, por ejemplo, el domingo pasado tuve una confrontación con una persona jugando fútbol y casi me parten la pierna. Yo le hice el reclamo a la persona e inmediatamente me hizo un gesto de grosería. Admito que no lo golpeé porque el dolor no me dejaba parar.	El C dice que no golpeó al oponente por que no pudo reincorporarse después de la caída. Descargas de energía como estas son reflejo de la actividad incorrecta de primer nivel de afrontamiento.	De acuerdo, expresa la impulsividad agresiva como estrategia de afrontamiento.
S5 (50) Respecto a la prueba quisiera subrayar un aspecto especial. Cuando usted tiene una reacción impulsiva, la agresión puede estar dirigida hacia sí mismo de manera predominante, en vez que hacia las personas que están en su alrededor.	Si, en parte creo que eso se debe a que crecí en medio de un ambiente muy fuerte, luego fueron naciendo mis hijas, me tocó trabajar desde muy joven y en la casa el ambiente entre papá y mamá era de mucho conflicto. De alguna manera para poder protegerme me dije a mi mismo: “no me puedo dejar de nadie”. Así mismo, he notado que cuando veo a otros peleando, eso me genera angustia. Y eso automáticamente dentro de mi dispara algo, como una defensa”	Persistentemente se evidencia falta de responsabilidad en las decisiones que toma con base en su libertad, por eso “el medio ambiente fuerte”, “trabajar desde muy joven”. Ya se ha anotado que la expresión “eso automáticamente dentro de mi dispara algo” es una demostración de su alto nivel de facticidad que debe ser motivo de desrestricción.	Las experiencias narradas por el C, podrían haber generado una sensación de frustración existencial, la cual derivaría, de acuerdo a Frankl, en la agresividad, como una de las formas de la triada neurótica de las masas.

7.7 Categoría de análisis: Vacío Existencial

7.7.1 Subcategoría: Vacío

Preguntas	Respuesta del Consultante	Transformaciones	Reacciones
-----------	---------------------------	------------------	------------

<p>S3 (39) ¿Usted mencionó que varias personas de su familia murieron por métodos violentos?</p>	<p>Sí, no sé si sea relevante pero mi padre y mis tíos estuvieron en la cárcel. En algunos momentos cuando estoy solo suelo preguntarme cómo será la muerte, como ser ese momento y empiezo a crear imágenes de las personas que yo sé que han muerto y pienso en la situación y me surge en el pecho una sensación extraña. Esa sensación es indescriptible y como un vacío, como una presión o una angustia</p>	<p>Cuando el consultante es llevado ante el existencialismo de la finitud expresa ansiedad frente a su propia muerte, tema que es reiterativo. La sensación que describe el C es clara de una facticidad que la presiona y que demanda distensión, notándose una necesidad de abordar la hiperreflexión generada</p>	<p>El vacío o angustia que refiere el C surge frente a la conciencia de la finitud, lo que hace imperativo que el C pueda experimentar una mayor percepción del sentido de la vida y del sentido del momento.</p>
<p>S4 (10) ¿hoy desea compartir algo nuevo acerca de los últimos días que han pasado?</p>	<p>En mi casa por ejemplo no se volvieron a presentar episodios de agresividad ni hacia mis hijos, ni hacía mi esposa y me siento con mucha disposición para trabajar. A veces me pierdo en situaciones en donde no sé cómo reaccionar, por ejemplo, ante una situación que hubo cuál es mi termómetro, mi nivel o punto de equilibrio para decir hasta aquí lo manejó bien, o aquí ya me están faltando al respeto. A veces me pregunto ¿el propósito de esto es que ya no reaccione ante nada? Allí por ejemplo me pierdo.</p>	<p>La sensación de alivio frente al mejoramiento del clima familiar en casa es importante, si bien se debe monitorear el impacto de la autoagresión, ya que la estrategia del pasivo-agresivo suele disimular la agresividad en su entorno</p>	<p>Considero importante el cuestionamiento del C, en relación a si el resultado de la terapia consiste en no reaccionar o no confrontar nada, ya que se estaría dirigiendo hacia otra actitud inadecuada. Importante que la desrestricción de recursos facilite el desarrollo de habilidades sociales. Por otro lado, considero que esta sección de la entrevista, no alude a la subcategoría de “Vacío”</p>

7.8 Categoría de análisis: Vacío Existencial

7.8.1 Subcategoría: Inseguro

Preguntas	Respuesta del Consultante	Transformaciones	Reacciones
S1 (15) ¿Quiere decir que en el transcurso de los últimos 30 años usted ha tenido dificultades con el tema de la agresividad?	Sí y no sé si eso tiene que ver con el carácter, o con la personalidad, pero especialmente se manifiesta más cuando me siento inseguro, o cuando tengo miedo. Me pongo a la defensiva, estoy inseguro y me siento atacado, así alguien me diga algo que es normal, automáticamente se activa en mi como un sistema de defensa hacia esa situación.	Ante esta formulación del C se verifica una pérdida del acceso así mismo, si por “perderse” significa una incapacidad para enfrentar las tensiones propias de la existencia de maneras innovadoras basadas en la libertad individual; o igualmente, una pérdida de significado de su existencia, lo cual significa estar inmenso en el vacío existencial.	De acuerdo con tu transformación.
S1 (112) ¿Algún otro asunto que quiera agregar?	Eso es básicamente. Creo que asocio mucho las cuestiones de la biblia por toda la violencia que vi en mi casa porque mi papá le pegaba todos los días a mi mamá, entonces de alguna manera ha incidido en que cuando me siento inseguro me pongo agresivo, me sentía impotente cuando no podía hacer nada, pero ahora si me puedo defender.	“Cuando me siento inseguro me pongo agresivo” indica un afrontamiento de primer nivel, en cuanto la descarga emocional sea el medio para distensionar el organismo, aunque no resuelva nada por sí mismo.	De acuerdo, sobre todo si tenemos en cuenta la amenaza existencial que se percibe para generar estos rasgos de personalidad.

8. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

Como puede verse, el presente Estudio de Caso Único se realizó con un hombre adulto de 40 años de edad, sin antecedentes previos de relaciones iatrogénicas. Siendo que el consultante fue referido por una instancia académica y que participó de manera voluntaria a las sesiones psicológicas, se evidenció una evolución significativamente rápida y un nivel de adecuación importante de parte del consultante. La valoración inicial que se hizo con el consultante, arrojó una tendencia al rasgo de tipo cómodo de la personalidad, que consecuentemente en la historia personal del hombre evolucionó hacia un trastorno de tipo pasivo-agresivo de la personalidad. Es conocido que el tipo de trastorno tiene compromiso directo con reacciones de agresividad, al igual que en los trastornos antisocial y fronterizo (Oldham & Morris, 1995).

Habiendo sido trazado como motivo de consulta los antecedentes de conducta agresiva del consultante y la necesidad de posibilitar el establecer relaciones positivas con el entorno, los resultados del proceso psicoterapéutico de corte humanista – existencial, arrojan avances considerables, tratándose solo de seis (6) sesiones desarrolladas.

De otro lado, las preguntas que orientaron la investigación pueden ser analizadas a la luz de los resultados y evidencias obtenidas al interior del proceso, por lo cual puede establecerse lo siguiente:

¿Qué efectos terapéuticos pueden evidenciarse al favorecer la desrestricción de los recursos psicológicos en el consultante con trastorno de personalidad pasivo-agresiva?

Inicialmente, se debe aclarar, que si bien, el padre de la Logoterapia concibió el abordaje logoterapéutico como un complemento a la psicoterapia, su hija, la logoterapia, hoy ha llegado a ocupar un lugar de privilegio, en términos de una Psicoterapia Centrada en el Sentido con una visión antropológica y del mundo específica, una concepción original de del trastorno psíquico y unas técnicas terapéuticas coherentes con tal visión y concepción (Noblejas de la Flor, 1994). Tal escalada puede significar que la logoterapia hoy atienda ciertos dominios para los cuales no fue concebida, pues el fundador mismo había proyectado con elevada modestia de las modalidades de logoterapia; en primer lugar, como

logoterapia específica (dedicada a las crisis noógenas – existenciales de sentido) y logoterapia inespecífica (dedicada a lo psicógeno, e incluso a lo somatógeno y de responsabilidad de los psicoterapeutas). Hoy en día la PCS es más que vigente y puede hablar al nivel de las consideraciones de la terapéutica clínica.

Como corolario de lo anterior, en el consultante “José” se aprecia un espectro entre personalidad auténtica e inauténtica con las complejidades propias del trastorno pasivo – agresivo, y se valida lo expresado por Martínez, cuando afirma que “la personalidad auténtica o inauténtica nunca es un extremo totalitario, pues ninguna persona “ES” narcisista, evitativa o limítrofe, ya que es un ser siendo y por ello, puede “TENER” una personalidad a, b o c, pero la misma no lo determina totalmente, pues puede expresarse en mayor o en menor medida la autenticidad de la persona a través del organismo psicofísico” (Martínez O., 2011). Por esta razón, se puede observar en el consultante una línea continua entre los estados de desrestricción- restricción, facultad-facticidad, autenticidad-inautenticidad, mientras expresa sus pensamiento, sentires y vivencias en el momento del encuentro.

En la experiencia del consultante y durante el curso del abordaje pueden describirse algunos avances significativos; y también advertirse algunos escollos por solventar, toda vez que se trata de un devenir de una historia o biografía personal trasegada por años. Por tanto, las primeras conclusiones a las que se arribara son las siguientes:

- El trabajo terapéutico fomentando en el consultante su autodistanciamiento, representa una meta práctica inicial y le ofrece una nueva dimensión de libertad y motivación para el cambio, mediante la desrestricción de sus recursos noológicos; y si en particular se trabajan preguntas orientadoras bajo la metodología socrática para cada una de los dominios de autocomprensión, autorregulación y autoproyección (ver Martínez, Efrén (2009). Esto significa un paso paulatino de estrategias de segundo nivel a estrategias de tercer nivel (actividad correcta y pasividad justa).
- Se evidencia en el abordaje de qué manera la agresividad fue parte de su contexto familiar, lo que, una vez aprendido, se establece en lo psíquico forjando así su carácter con rasgos agresivos y asumiéndolos como una manera de defenderse, es

decir, como una estrategia de afrontamiento. En dicha forma de afrontar consistirá el trabajo ulterior, ayudándole al C tener consciencia de ello.

- El trabajo terapéutico fomentando en el consultante su autotrascendencia, precisa de un esquema continuado y de más largo alcance, pues va ligado a un tipo de crecimiento y maduración, que suscribiríamos a estrategias de actividad y pasividad correctas de cuarto nivel. Por ejemplo, el consultante muestra escasa diferenciación, lo cual no le ha permitido el desarrollo de habilidades sociales.
- Uno de los logros más significativo en el consultante se verifica con la presencia de un tipo de autodistanciamiento que conecta con la autoproyección, es decir que “José” avizora el beneficio de su proceso terapéutico en un futuro cercano y con retribución para su familia.

Por lo anterior, preguntarse si *¿es el logro de autodistanciamiento y sus correlatos de autocomprensión, autorregulación y autoproyección el indicador de cambio más pertinente en el abordaje terapéutico del consultante?*, tendría una respuesta totalmente afirmativa, ya que se comprueba en el estudio de caso único desarrollado, el enorme potencial de cambio a partir del avance en el recurso del autodistanciamiento, y más concretamente de autoproyección.

En lo concerniente al siguiente interrogante planteado: *¿Es la intervención logoterapéutica un recurso efectivo para la atención y prevención de conductas de riesgo en una persona con trastorno de personalidad pasivo-agresiva?* puede afirmarse lo siguiente. A claras luces la mirada de Frankl resulta interesante desde el punto de vista de la ubicación, e incluso de la jerarquía que establece entre el ser humano y la conducta agresiva, valiéndose para ello del *antagonismo psiconoético facultativo*, una facultad en opción a la dimensión espiritual que asiste a toda persona, y que por cierto, es a su criterio una dimensión específicamente humana.

Por tanto, se concluye que la logoterapia es evidentemente un recurso efectivo para la atención y prevención de las personas con trastorno de personalidad pasivo- agresiva. Así mismo, por conductas de riesgo hemos de entender, principalmente:

- Las conductas autolesivas, entre ellas la bulimia nerviosa, la anorexia, las automutilaciones, entre otras.
- El autorreproche, que se enmarca dentro de lo que la logoterapia considera conductas hiperreflexivas.
- Las agresiones disimuladas, como modus operandi de la persona con trastorno pasivo-agresivo y en las que va camuflada la conducta de oposición que lleva consigo sentimientos agresivos.

También, llama la atención lo que en el apartado conceptual se citara como *círculo vicioso del agresivo*. Bien sea el estallar en cólera (agresión directa), o la agresión disimulada, como intentos poco eficaces por recuperarse ante el malestar psicofísico producen desgaste en las relaciones y en la calidad de vida de la persona agresiva. Ante eso, se calcula que facilitar el autodistanciamiento a través de la movilización de los recursos espirituales sería una especie de “círculo virtuoso”; si bien, ya el Dr. Frankl describió un efecto similar bajo el nombre de “afrontamiento proactivo, consciente y espiritual”.

Este afrontamiento proactivo a través de la metodología terapéutica de la PCS significaría facilitar en la persona agresiva una capacidad para verse en situación como una versión mejorada de sí mismo, en lo cual radicaría el efecto anticipatorio del autodistanciamiento, convertirse necesariamente en hiperreflexión. En segundo lugar, el afrontamiento consciente se relacionaría con la superación de los automatismos que también la psicología ha descrito como reacciones ante los estresores del medio ambiente, una especie de “piloto automático” que aseguraría la respuesta conductual como un mínimo de consumo intencional, aunque es preciso aclarar que lo consciente en Frankl es lo propio de la voluntad de sentido en el ser humano, como corolario de una vida con sentido.

Así mismo, y de manera supremamente significativa, este estudio de caso único permitió el despliegue del arsenal logoterapéutico por parte del autor, propiciándose un encuentro mutuamente beneficioso con “José”. Tal vez una de las mayores satisfacciones a partir de esta investigación fue vivenciar la dimensión del acompañamiento y la presencia

en medio de los círculos viciosos y virtuosos que transita el consultante. El mantenimiento de la actitud fenomenológica fue un reto para el autor durante el abordaje con el consultante, debido tal vez a lo procedimental del trabajo investigativo; no obstante, el “estar ahí” fue la técnica por excelencia.

BIBLIOGRAFÍA

- Baena, G. S. (2011). ¿Qué es la espiritualidad? Medellín.
- Bruzzzone, D. (2012). *Pedagogía de las Alturas. Logoterapia y educación*. México: LAG.
- De Castro, A. M., & García, G. (2008). *Psicología Clínica: Fundamentos Existenciales*. Barranquilla: Universidad del Norte.
- Etchebere, P. R. (2009). *El Espíritu desde Viktor Frankl. Una lectura en perspectiva filosófica* (1a Edición ed.). Buenos Aires: Agape Libros.
- Frankl, V. E. (1964). *Teoría y Terapia de las Neurosis*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1978). *Psicoanálisis y Existencialismo. De la Psicoterapia a la Logoterapia*. (2a Edición ed.). México D.F.: Fondo de Cultura Económica.
- Frankl, V. E. (1987). *El Hombre Doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1992). *Teoría y terapia de las Neurosis*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1994a). *Logoterapia y Análisis Existencial. Textos de cinco décadas*. Barcelona: Editorial Herder.
- Frankl, V. E. (1994b). *Psicoterapia y Humanismo ¿Tiene un sentido la vida?* México, D.F.: Fondo de Cultura Económica.
- Frankl, V. E. (1999). *La Idea Psicológica del Hombre*. Madrid: Rialp.
- Frankl, V. E. (2002). *La Voluntad de Sentido: Conferencias escogidas sobre logoterapia*. (4ta Edición ed.). Barcelona: Editorial Herder.
- Frankl, V. E. (2003). *Ante el Vacío Existencial. Hacia la humanización de la psicoterapia*. Barcelona: Editorial Herder.
- Frankl, V. E. (2003). *Psicoterapia y Existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia* (2a Edición ed.). Barcelona: Herder.
- García Pintos, C. (. (2011). *Frankl Comentado*. Buenos Aires: San Pablo.
- Martínez O., E. (2007). *Psicoterapia y sentido de vida. Psicología clínica de orientación logoterapéutica*. Bogotá: Herder.
- Martínez O., E. (2011). *Los Modos de Ser Inauténticos. Psicoterapia centrada en el sentido de los trastornos de la personalidad*. Bogotá: Manual Moderno.
- Martinez Ortiz, E. (2009). *Prevención de recaídas: Un libro de herramientas para personas en recuperación*. Bogotá: Ediciones Colectivo Aquí y Ahora.

- Martínez Ortiz, E. (2013). *Buscando el Sentido de la Vida*. Bogotá: Ediciones Aquí y Ahora.
- Martínez Ortiz, E. (2013). *Manual de Psicoterapia con enfoque logoterapéutico*. Bogotá: Manual Moderno.
- Martínez, M. (2002). *Comportamiento Humano*. México: Trillas.
- Noblejas de la Flor, M. Á. (1994). *LOGOTERAPIA: Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del “logro interior de sentido”*. Madrid, España: Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Educación. Dpto. de Psicología Evolutiva y de la Educación.
- Oldham, J. M., & Morris, L. B. (1995). *Autorretrato de la Personalidad*. Girona - España: Tikal Ediciones.

ANEXOS

Sesión No: 1 *Fecha:* 09 de sept /15

Terapeuta: ¿Me quiere referir a su forma de ver cuál es la razón primordial o el motivo por el cual requiere una asistencia psicológica?

Consultante: Básicamente creo que todo gira a raíz de mi agresividad, o sea soy muy agresivo para hablar, soy muy agresivo para expresarme, aún en mis movimientos soy muy agresivo, unido a esto no poder controlarla, y poderle dar un manejo. Esa agresividad va ligada a un lenguaje inadecuado, actitudes incorrectas, gritos, exaltaciones y movimientos en sí agresivos.

Terapeuta: ¿Quiere referir desde cuando exactamente esta es una situación que lo ha colocado en dificultad?

Consultante: Como desde los 10 años yo creo, desde que mataron a mi papá exactamente.

Terapeuta: ¿Cuál es su edad “José”?

Consultante: Mi edad son 40 años.

Terapeuta: ¿Quiere decir que en el transcurso de los últimos 30 años usted ha tenido dificultades con el tema de la agresividad?

Consultante: Sí y no sé si eso tiene que ver con el carácter, o con la personalidad, pero especialmente se manifiesta más cuando me siento inseguro, o cuando tengo miedo. Me pongo a la defensiva, estoy inseguro y me siento atacado, así alguien me diga algo que es normal, automáticamente se activa en mí como un sistema de defensa hacia esa situación.

Terapeuta: ¿Usted quiere referir si anteriormente ha acudido a asesoramiento o terapias con otro profesional?

Consultante: No, nunca, nunca.

Terapeuta: ¿Tampoco incluyendo algún asesoramiento de tipo espiritual, o incluso médico?

Consultante: La verdad, lo espiritual lo he hecho yo mismo, o sea arrodillándome, pidiéndole perdón al Señor y luchando conmigo mismo. Pero definitivamente, hoy a mis 40 años me doy cuenta que realmente no lo puedo manejar y que necesito ayuda profesional. Aunque estudio teología y conozco los comportamientos, el espíritu santo y todas esas cuestiones, pero no lo he podido manejar.

Terapeuta: Si trabajáramos el nivel de afectación por componentes, usted diría que por ejemplo en el área familiar o de pareja, o en el área comunitaria, en el vecindario, la agresividad le ha representado dificultades, ¿en dónde prioritariamente?

Consultante: Yo diría que en mi casa

Terapeuta: ¿A nivel familiar?

Consultante: Sí a nivel familiar

Terapeuta: ¿Casado hace cuánto tiempo?

Consultante: Casado hace 15 años.

Terapeuta: ¿Y con cuántos hijos?

Consultante: Tengo 6 hijos en 4 relaciones diferentes.

Terapeuta: Más adelante tendremos lugar para que me cuente como está compuesto su hogar; mientras tanto hoy nos referiremos al motivo de consulta y planeando en las primeras sesiones la evaluación propiamente para saber que contrato terapéutico proponerle. Me estaba hablando del componente de la familia...

Consultante: Sí, en la casa es como donde más exploto, como dicen “los que saben verdaderamente quién es uno, son los que viven con uno”. Pero como son mis reacciones, mis explosiones son por ejemplo, cuando los niños empiezan a pelear y el uno le grita al otro, y el otro grita más fuerte, entonces yo les digo que se tranquilicen, que no griten y ellos siguen; entonces eso me va poniendo la cabeza, como no sé, me va dando un desespero, yo podría decir que por ejemplo, las discusiones, pleitos alegatos, hace algo en mí que no sé qué es, eso me altera automáticamente, yo siento por dentro que hay algo que se activa, unas veces lo logro controlar pero otras veces no, entonces cuando eso sale arrasa con todo el mundo.

Terapeuta: A propósito “José”, ¿ha reportado usted algún tipo de alucinación o experiencia que se sale del orden lógico?

Consultante: no, gracias a Dios no me ha pasado ninguna.

Terapeuta: ¿Tampoco usted ha consultado los servicios de salud por alguna dolencia a nivel mental que haya padecido?

Consultante: no.

Terapeuta: ¿puedo suponer que estos problemas con su agresividad le han representado inconveniente con otras personas, no solo con su núcleo familiar?

Consultante: sí, pero a un nivel más bajo, por ejemplo, en los deportes cuando juego futbol solía ser muy agresivo, entonces opte por practicarlo ya no a nivel competitivo sino recreativo, entonces disminuyó, la verdad no soy de pelear en la calle, nada de eso, simplemente cuando me agreden automáticamente me pongo en modo defensivo.

Terapeuta: cuando usted dice a modo defensivo ¿se refiere a que inmediatamente usted se prepara para dar el golpe o en ese momento puede auto controlar impulsos?

Consultante: no, automáticamente me preparo para ver qué es lo que va a pasar, esperando y así mismo actuó

Terapeuta: le ocurre lo mismo cuando en una conversación puede haber una discordancia con el pensamiento de otra persona, diferencias en la apreciación, eso también le toca esa área de la agresividad.

Consultante: bueno, de pronto en las diferencias no, bueno si, cuando estoy hablando con alguien que tenemos puntos de vista diferente empiezo hablar y cuando menos pienso estoy el tono de voz en alto, hablando muy duro, en esa parte yo diría que si se manifiesta.

Terapeuta: hasta cuanto puede anticiparse a una situación problema que pueda ocurrir, porque como usted decía ahora, los niños empiezan a pelear entre ellos en casa o que usted vea que alguien le controvierte, ¿hasta que tanto se puede anticipar a esa situación y de repente evadirla?

Consultante: ah, no, en muchas ocasiones lo he hecho.

Terapeuta: ¿quiere referir alguna situación de aparente riesgo que logra evadir?

Consultante: sí, por ejemplo en casa cuando los muchachos empiezan, porque ese es un tema de todos los días, lo que hago es que le digo a mi esposa, vaya controle a esos muchachos yo trato de mantenerme al margen aunque escucho y veo lo que está pasando, me quedo relegado y no tomo parte en el asunto o de pronto en otras situaciones externas con gente de la calle de pronto alcanzo a discernir la posición de la otra persona si es muy agresiva a veces opto de cierta manera agachar la cabeza o evitar pero eso me genera un conflicto porque cuando me voy me da rabia conmigo mismo porque no hice frente a esa situación.

Terapeuta: ¿se manifiesta de alguna manera rabia contra ti mismo?

Consultante: sí, se manifiesta en el sentido porque digo porque me quede callado, hago una auto reflexión de lo que siento y creo yo q debía haber hecho y no hice, pero aun sabiendo que lo q hice fue lo mejor, pero me queda el sin sabor de “porqué me dejé”.

Terapeuta: ¿pero solo hasta el nivel de autocuestionarse?

Consultante: sí, por ejemplo, yo tengo algo, ese autocuestionamiento me puede durar días, por ejemplo, en el día, y luego otra vez y revivo ese momento tres, cuatro cinco días después buscando encontrar no sé qué.

Terapeuta: ¿rememorándolo e intentando buscar una razón?

Consultante: sí, tratando de buscarle una razón a lo que pude haber dicho y no dije, o a lo que pude haber hecho y no hice, pero sabiendo en el fondo que lo que hice fue lo mejor, haber evitado un problema.

Terapeuta: supongamos que allí está más o menos expresado el motivo por el cual usted me busca, hay muchos más aspectos por los cuales hablar o algunas cosas que le preocupan a usted, motivo por el cual busco ayuda, vamos a estar trabajando el área de la agresividad. Es posible que no hayamos identificado aún la columna vertebral de la situación pero que ya hay una primera consideración que es un tema de carácter, de agresividad e impulsividad en “José”, la forma en la que lo vamos a afrentar vamos a estar dialogando en las sesiones, voy aclarar los roles y reglas,

ratificarle que así como firmó el documento de consentimiento informado, usted tiene derecho a la confidencialidad que producto de cualquiera grabación de esta sesión o de la historia clínica que yo abra va a ser usado con reserva profesional, también le solicitaría que hablara con mucha libertad para traer a referencia algunos aspectos de su vida, le agradezco su confianza en acudir a mí, en esta relación como profesional de la salud es un encuentro de dos personas que vamos a tratar de conocernos. Voy a privarme de darle consejos para que busquemos juntos alternativas, la conversación va a ser fundamental en este proceso y yo voy a ayudarle a ver cosas que usted mismo va elaborando, mi papel va a ser más que de consejero, va a ser de acompañante o de facilitador del proceso, entonces te voy a solicitar que me confirmes si la apreciación es indicada o si estoy interpretando mal, en esa medida le voy a pedir constancia en venir los días previstos y ante una dificultad nos comuniquemos y nos ponemos de acuerdo.

Consultante: esto para mi es una prioridad, porque 30 años con esto, estoy ciento por ciento, con mi familia saben que estoy viniendo acá, si en un momento se requiere hablar con ellos, no hay problema todos estamos en la disposición de buscar una solución para todos.

Terapeuta: me parece muy apropiado. Si en algún momento se hace necesario que venga otra persona ajena a nosotros dos, se lo voy a solicitar, también suelo colocar dentro de la metodología psicológica, algunas tareas que debe desarrollar en casa con lápiz y papel, por esto le voy a pedir compromiso para ir las haciendo para la siguiente sesión.

Consultante: igual, con mi esposa en el conocimiento de este tema lo poco y nada que sabemos lo que hemos hecho es como la situación con los niños es lo que más me exalta, hemos optado porque ella es la que se encarga de manejar esa parte de la disciplina y si tengo algo que decir se lo digo a ella cuando estamos solos y ella lo manifiesta para no seguir afectando más. Sin querer decir que en la casa todos los días es un infierno, pero, por ejemplo, los últimos episodios fueron fuertes, la semana pasada y el de hace tres meses, fueron situaciones fuertes, la idea es que no se presenten.

Terapeuta: tengo una pregunta más para usted, ahora que le escuchaba hablar estaba pensando en la dificultad que pueden generarle las situaciones que me describe en el tráfico en un día que usted se desplaza, lo hace en servicio urbano o en carro particular, el manejar en una ciudad como Cali trae de por sí estrés. ¿Cómo ha logrado solventar la situación? Sobre todo, porque al volante uno puede ir muy bien, pero la irresponsabilidad del otro o la falta de atención del otro le puede hacer daño en términos de la conducta vial.

Consultante: en carro particular, no esa parte la he podido manejar bien, antes hace 4 años alguien me cerraba yo le mentaba la madre y si tenía que bajarme me bajaba, empecé a trabajar en eso con mi esposa porque ella es muy centrada, pero ahora que me pongo agresivo, ya esa parte la manejo bien.

Terapeuta: identifico que la situación por la cual usted viene es de agresividad e impulsividad personal, que se derive de allí no sabemos, usted relata, un episodio que ha marcado la historia de lo que me ha venido contando, que es un episodio a los 10 años de edad cuando usted pierde a su papá, vamos a tenerlo como un dato importante, a propósito de su papá me gustaría que me hablara como

está compuesta su familia, comenzando desde sus padres, ¿tiene usted una familia grande, mediana o pequeña?

Consultante: A mi papá lo mataron hace 31 años, tenía 41 años cuando lo mataron, yo tenía 9 años, se llamaba Edmundo Castrillón Flores, vivían en unión libre, su madre vive actualmente, tiene 69 años se llama Ofelia Chávez.

Terapeuta: en este esquema se va a identificar los hombres con un cuadrado las mujeres con un círculo, quiere decir que ellos tuvieron una relación de hecho, no tiene claro el tiempo de convivencia, pero vivieron juntos hasta el momento en que él falleció, producto de esta unión ¿cuántos hermanos?

Consultante: solo estoy yo, pero mi mama tenía tres hijas que mi papa recibió cuando se unió con mi mama.

Terapeuta: ¿su papa tenía hijos en otra relación?

Consultante: antes de que yo naciera, mi papa tenía otro hijo y mi mama se dio cuenta años después.

Terapeuta: ¿un hermano que viene siendo mayor o menor que usted? Y ¿cómo se llama?

Consultante: es mayor tiene 44 años, y se llama Javer.

Terapeuta: Me gustaría saber si tiene él relación con usted, ¿usted conoce a la mama de Javer?

Consultante: si claro, ella ya murió joven de cáncer a los 47, hace más de 15 años, se llamaba Doris.

Terapeuta: hábleme de sus hermanas, ¿con cuál de las hermanas tiene mayor afinidad?

Consultante: la mayor de mis hermanas se llama Rocío tiene 52 años, las mellizas Sandra Valencia Chávez y Astrid Valencia Chávez, tienen 43. Sobre la afinidad, yo con todas mis hermanas tengo buena relación.

Terapeuta: su madre Ofelia Chávez, ¿tiene un trabajo diferente al de ama de casa?

Consultante: No, mi mama con la edad que tiene esta dedicada a la casa vive con Astrid.

Terapeuta: ¿Astrid tiene hijos?

Consultante: si, tiene una hija de 25 años, se llama Sandra Rocío Pinzón, se casó hace 10 días, es teniente de la fuerza aérea.

Terapeuta: ¿Sandra vive en Cali?

Consultante: no, vive en Miami

Terapeuta: ¿Y Rocío?

Consultante: Rocío vive en Bogotá tiene dos hijos una vive con Sandra en Miami, se llama carolina tiene 33 y Michael que tiene 21 años.

Terapeuta: faltaría en este genograma, la familia suya, ¿cómo se llama la esposa, y a qué se dedica?

Consultante: mi esposa se llama Viviana Granada, tiene 36 años, está estudiando actualmente.

Terapeuta: ¿usted es trabajador dependiente o independiente, bachiller académico, industrial, comercial?

Consultante: independiente, bachiller académico, termine a los 36 años.

Terapeuta: ¿con cuántos hijos conviven, producto de la relación con Viviana?

Consultante: con tres hijos, Camilla la mayor, de 18 años, es hija de mi esposa, con Antonio que tiene 12 años y María de los Ángeles de 8 años.

Terapeuta: ¿tiene usted otros hijos?

Consultante: Sí, tengo tres hijos por fuera; Falon Dayana de 25 años, su mama es Geisly y tiene 43 años. Laura Estefany de 23, la mama es Sandra de 44 años; y Gabriela de 13 años, la mama se llama Kelly y tiene 37.

Terapeuta: ¿has sido relaciones cortas o has convivido con ellas?

Consultante: con la primera mujer viví 2 años Geisy, con Sandra viví 3 años, con la mama de Gabriela solo dos meses.

Terapeuta: entiendo que la única relación matrimonial ha sido con Viviana, ¿las otras han sido relaciones de hecho?

Consultante: sí, la última novia quedo embarazada y después de 3 años me llamo a contarme que había tenido una hija y quería que la conociera.

Terapeuta: ¿fue una información nueva?

Consultante: sí, yo estaba casado con Viviana, fue muy duro para mi esposa, ya le había contado de las otras relaciones.

Terapeuta: para efectos del ejercicio quiero que tenga un panorama amplio de cómo está compuesta su familia por parte del papa; además, no he preguntado por la familia de su esposa.

Consultante: esa familia es gigantesca.

Terapeuta: voy hacer el mapa, y le voy a preguntar incluso fechas para tener un panorama completo, es una especie de árbol genealógico.

Consultante: por ejemplo, Laura está embarazada, voy a ser abuelo dentro de poco.

Terapeuta: su primer nieto, ¿Laura vive en Cali?

Consultante: si, pero Laura vive en España con su esposo.

Terapeuta: ¿puedo presumir que Gabriela está en Estados Unidos?

Consultante: estuvo hasta hace poco, es americana, pero está viviendo en Montería, con la mamá y el esposo de la mamá que tienen un niño.

Terapeuta: ¿y Falon Dayana?

Consultante: vive sola con la mama y el esposo de la mamá en Jamundí.

Terapeuta: en conclusión, en su casa, su hogar está compuesto por cinco personas, ¿alguien más vive con usted?

Consultante: mis suegros.

Terapeuta: detallemos la familia de Viviana, tiene 36 años, ¿tiene hermanos?

Consultante: sí, uno solo, tiene 38 años y se llama José Luis.

Terapeuta: los suegros, ¿cuántos años tienen y a que se dedican?

Consultante: mis suegros son Jorge Granada de 61 años y Fabiola Martínez de 59, ellos tienen unos restaurantes.

Terapeuta: ¿son casados?

Consultante: sí, hace 43 años, con dos hijos

Terapeuta: usted me decía que son una familia grande

Consultante: por el lado de mi suegra son 10 hermanos, en diciembre se reunieron las familias hicieron un árbol genealógico con más de 100 integrantes entre nietos, bisnietos y tataranietos.

Terapeuta: entonces quiere decir que son 7 personas que viven en la casa. ¿Algún otro asunto que quiera agregar?

Consultante: Eso es básicamente. Creo que asocio mucho las cuestiones de la biblia por toda la violencia que vi en mi casa porque mi papá le pagaba todos los días a mi mamá, entonces de alguna manera ha incidido en que cuando me siento inseguro me pongo agresivo, me sentía impotente cuando no podía hacer nada, pero ahora si me puedo defender.

Consultante: ¿cuál fue el motivo del deceso de su papa?

Terapeuta: a él lo mataron.

Consultante: es un tema bien extenso mi papa estuvo vinculado con la policial y el ejército. Luego con grupos de narcotraficantes en esquemas de seguridad, en la casa siempre habían armas, mi papá mantenía armado, me gustaban mucho las armas, mi primera arma la tuve a los 14 años una Smith con calibre reforzado, no sé si será genético o asocio por el lado de mi papá, aunque yo estaba pequeño de todas maneras siempre alcanzaba asimilar muchas cosas.

Terapeuta: uno de los objetivos es identificar los rasgos de la genética y del medio ambiente, pero mi enfoque tiene que ver con reconocer antecedentes posibilidades de definir porque es mi principio

teórico en el cual me sostengo que lo genético y lo social condicionan, pero frente a esos podemos decidir en esos niveles de libertad que la persona haya trabajado en sí misma, podemos mirar que posturas tomamos frente a las cosas que no podemos cambiar. Te voy a dar un ejemplo, dices que la agresividad ha venido tocándote desde que eras un niño por medio de relaciones en familia, social, no se pudo cambiar porque les llegó, no se pudo decidir, entonces podemos hacerle una postura y eso nos hace libres a pasar de esos condicionamientos que la vida nos ha presentado.

Consultante: sí, claro.

Terapeuta: te voy a invitar para que en los próximos encuentros ahondemos más en esos temas, podemos ir concluyendo por hoy, todavía hay mucho tema, le vamos a trabajar lento pero seguros.

Consultante: tengo muchas expectativas y estoy muy dispuesto a las sugerencias en el tratamiento, a encontrar solución al problema que todavía no sé cuál es.

Terapeuta: nuevamente bienvenido, vamos a ver la próxima cita, miércoles este mismo horario, le reservo este espacio, ¿le parece?

Consultante: sí, está bien

Sesión No: 2 Fecha: 16 de sept /15

Terapeuta: Permíteme “José” complementar unos datos de la información básica, tú fecha de nacimiento es...

Consultante: es 27 diciembre de 1974

Terapeuta: tienes correo electrónico:

Consultante: _____@hotmail.com

Terapeuta: dirección de residencia

Terapeuta: estuve complementando la información familiar a través de este arbolito, un poco más detallado, por ejemplo de esta información tengo este mapa, se representa con un cuadrado los hombres y con círculos son mujeres, entonces por ejemplo aquí uno puede identificar quienes cohabitan y también el tipo de relación, un ejemplo, me dijiste que creciste en medio de violencia donde papá y mamá tenían muchas dificultades en relaciones, en el trato, entonces por ejemplo esta figura con esta línea significa una relación conflictiva, en algún momento le pregunte como eran las relaciones con sus hermana Astrid, Sandra y Rocio y me dijo que no tenía una preferencia sino que había buena relación y que de hecho la mamás de sus hijas sostienen con usted buena relación, estas relaciones se marcan de esta manera así con una rayita, si fueran muy compenetradas serian tres rayas, pero si son dos es muy buena y una es una relación cordial, con su hermana podría ser dos o una raya?

Consultante: con ellas podrían ser de tres, porque mantenemos muy buena comunicación.

Terapeuta: Rocío vive en Bogotá, Sandra en Miami y Astrid aquí con doña Ofelia.

Consultante: sí, exactamente.

Terapeuta: de las personas que me mencionó de su círculo familiar tenía en cuenta que Sandra hace poco se casó, el esposo vive con ella.

Consultante: sí, el esposo se llama José Rudas.

Terapeuta: ¿cuántos años tiene?

Consultante: 30 años.

Terapeuta: ¿hay hijos en la relación?

Consultante: no.

Terapeuta: ¿en dónde viven?

Consultante: en la base aérea, ambos trabajan en las fuerzas militares.

Terapeuta: ¿quiero referirme si el papa de Viviana vive, y de serlo, ¿dónde está?

Consultante: vive, pero realmente la comunicación es mínima.

Terapeuta: ¿convivió con Viviana?

Consultante: no.

Terapeuta: ¿cómo se llama?

Consultante: Mauricio Piedrahita.

Terapeuta: ¿cuántos años tiene?

Consultante: 36 años, más o menos.

Terapeuta: ¿tiene su propia familia?

Consultante: vive con la mamá y el papá en Cali, cerca de donde vivimos.

Terapeuta: Camila Viviana, ¿le dice papá a usted o “José”?

Consultante: si, me dice papá.

Terapeuta: ¿ella sabe que es su padre de crianza?

Consultante: hay cosas que yo le digo a Camila, “por qué no hablas con tu papa”, ella me ha dicho que le gustaría decirle que él no ha estado pendiente de ella, pero no es capaz de decirle, piensa que si le dice la poca comunicación que hay se va acabar de dañar.

Terapeuta: ¿cómo calificaría la relación suya con su hermano Javer?

Consultante: casi no tenemos comunicación, porque él es muy resentido, es difícil saber cuándo está bien o mal. Está mirando cómo está uno, si uno está mejor que él, y esto no ocurre solamente conmigo, sino con toda la familia.

Terapeuta: él tiene una familia conformada.

Consultantes: esposa y tres hijas.

Terapeuta: la esposa se llama Blanca, ¿cuántos años tiene?

Consultante: 42 años.

Terapeuta: ¿usted tiene proximidad con las sobrinas?

Consultante: si tengo más proximidad con ellas.

Terapeuta: ¿son mujeres grandes?

Consultante: la menor tiene 18 años, se llama Vanesa, sigue Blanca Doris que tiene 21 y Catherine tiene 25 años.

Terapeuta: muy contemporáneas a sus hijas; ¿Javer y su familia, viven aquí en Cali?

Consolante: sí.

Terapeuta: de las personas que están en el genograma, usted me detalló algunas relaciones de sus hermanas, es decir que tiene cuñados, ¿sus hermanas viven con ellos? Astrid tuvo con alguien a Sandra Rocío, ¿esa relación se mantiene?

Consultante: no, el murió de 60 años, se llamaba Heriberto Pinzón.

Terapeuta: ¿hace cuánto falleció Heriberto?

Consultante: hace 7 años.

Terapeuta: ¿vivió su hermana con él?

Consultante: sí, vivieron unos 8 años en unión libre.

Terapeuta: mencionó que su hermana Rocío la que está en Bogotá, tiene dos hijos Carolina y Maicol, ¿del mismo padre?

Consultante: no, de diferentes padres, ella no convivió con ninguno.

Terapeuta: mire este esquema, es interesante, aquí puede observar su hogar; también el de Sandra y Carolina, Sandra Rocío y José, Laura Estefany con su esposo Robert de 38 años; ¿me dijo usted que tienen un bebe? ¿En qué mes de embarazo está?

Consultante: sí, en el tercer mes.

Terapeuta: también mencionó a Gesley y Falon Dayana en Jamundí, también Kelly y Gabriela en Montería, sus hijas. Estas serían las seis personas con las que usted convive actualmente, don Jorge, dona Fabiola, su esposa Viviana y sus tres hijos, lo único que faltaría sería mencionar al papa de sus hermanas de apellido Valencia.

Consultante: Jairo Valencia se llamaba, el murió hace unos 12 años.

Terapeuta: ¿tenía más de 60 años?

Consultante: sí, estaba ya entrado en edad.

Terapeuta: ¿cómo le parece su árbol familiar?

Consultante: la verdad nunca había mirado esa parte.

Terapeuta: esta es la familia de su hermano Javer, me parece importante que usted tiene una familia que se ido construyendo, como es hijo único con medios hermanos o hermanos por parte de mamá y papá, es un genograma amplio; mencionó que por parte de sus suegros también mucha más familia, la abuela de su mamá que se llama Virgelina.

Consultante: por parte de mi papá son varios hermanos, primos, primas; y por el lado de mi mama también.

Terapeuta: de la familia que usted ha mencionado aquí ¿con cuáles no tiene usted unas buenas relaciones, o generalmente son buenas relaciones con ellos?

Consultante: tengo buena relación con toda mi familia, de hecho, me atrevería decir que toda mi familia me quiere demasiado, porque tengo una manera de ser especial en cuanto el sentido de lo que es una familia, siempre trato de que estén unidos, de estar pendiente de ellos y de que no se pierda la comunicación.

Terapeuta: incluso al punto, que si hay relación entre ellos rotas, que requieren de un acercamiento, ¿usted sería mediador?

Consultante: si, un conciliador.

Terapeuta: ¿tiene alguna experiencia en que haya servido para acercar a las personas de su familia?

Consultante: entre mi mama y mis hermanas, mis hermanas y su esposo, entre mis hijas las mayores que a veces chocan por las diferentes maneras de pensar.

Terapeuta: que interesante, entre las madres de sus hijas hay comunicación.

Consultante: si, todos mis hijos se comunican, de hecho, tenemos un grupo, un chat, donde estoy con mi esposa que tengo actualmente y todos mis hijos, por allí nos comunicamos. Aparte, tengo otro que es cerrado donde están mi esposa y mis hijos, y otro donde esta mis hermanas, mamá, esposos de ellas, o sea todos.

Terapeuta: esto me permite tener un contexto de familia, me gustaría preguntarle en esta etapa de evaluación el motivo de consulta que me refirió la semana pasada, la agresividad, la irritabilidad. ¿Cómo ha pasado esta última semana?

Consultante: Muy bien, esta semana “eso” me trato de dar tres veces y lo pude manejar adecuadamente.

Terapeuta: ¿A qué te refieres con que “eso me trató de dar”?

Consultante: Por ejemplo, con uno de los proveedores que me fabrican calzado, fui donde él y se puso de grosero a decirme muchas cosas faltándome al respeto, pero pude tener el dominio propio y no exaltarme, que es lo que me pasa a veces, y decirle que me respetara.

Terapeuta: ¿era un proveedor de materia prima para su negocio?

Consultante: Sí. Esto pude manejarlo, también después del incidente me quedé pensando en el carro porqué me quedé callado, “tenías que decirle esto y esto”. Tuve como esa” luchita” pero después volví e hice una relectura de lo que había pasado y me sentí muy bien con lo que hice y creo que fue la mejor decisión, no tuve que mostrarme más fuerte para demostrarle que me estaba faltando al respeto.

Terapeuta: Ahora que lo cuenta retrospectivamente, ¿qué emociones siente?

Consultante: Me siento muy bien, no es muy común que pueda hacer eso, y como esta semana he estado trabajando eso. No sabría decir que sensación exacta, pero me hizo sentir bien, como satisfacción de que sí lo puedo hacer.

Terapeuta: ¿Esa sensación se refleja en alguna parte del cuerpo?

Consultante: el corazón me palpita mucho y quedo como muy relajado, como muy tranquilo

Terapeuta: tranquilidad, relajación, ¿corazón alegre?

Consultante: sí, es así.

Terapeuta: ¿siente que esa clase de sensaciones y de situaciones son buenas para usted?

Consultante: lo que siento sí, me sirve para saber que lo puedo hacer. Hubo una situación entre los muchachos en casa, y la manejé perfectamente en cuanto a lo que quiero lograr, que es el dominio propio en esa parte; no explotar sino decir las cosas de la manera correcta. Pasó esta situación con el hijo mío que se puso de grosero, me faltó al respeto y me levantó la voz. Yo lo pude manejar, hablarle en un tono bajo: “mijo” esto está mal, usted me debe respetar. Eso me hizo sentir bien. De hecho, yo tuve que salir y mi esposa dice que se quedaron hablando del tema y muy receptivo, hubo como un reconocimiento allí.

Terapeuta: este Antonio José es junior, es el único varón de sus hijos ¿él le heredó la pasión por el fútbol?

Consultante: No, eso en vez de ser para él en una motivación, se volvió en una frustración. Cuando hice mi proceso de conversión al cristianismo y dejar conductas atrás me refugié mucho en la vida de iglesia, aunque teníamos vida familiar, no le dediqué tiempo a jugar fútbol y no desarrolló muchas destrezas para jugarlo. Ahora que tiene 12 años lo juega, pero no muy bien, le dicen que si juega como el papá y responde que “no le gusta el fútbol”, y a veces me reclama: “vio papá usted por qué no me enseñó desde pequeño, yo había aprendido más rápido”. Ahora dice que ya no quiere aprenderlo.

Terapeuta: pero puede desarrollar otras disciplinas.

Consultante: sí, le he tenido en basquetbol, natación, guitarra y piano; o sea siempre le busco una actividad lúdica y otra deportiva.

Terapeuta: Permítame volver a comentar esta situación que me parece muy importante. Usted me está hablando de dos momentos en la semana que fueron de logro. Vamos a llamarlos “momentos bellos”. Porque en medio de las ocupaciones que uno vive puede haber problemas e incluso situaciones frustrantes. Pero usted rápidamente identificó dos aspectos importantes esta semana: el primero de ellos fue ante un proveedor de calzado; y el segundo, fue el manejo con Antonio José su hijo. Me había comentado que eso conectaba con emociones corporales, el corazón, la alegría y también que consideraba que eran saludables para usted. ¿Considera en algún momento que, en esas mismas situaciones, un evento futuro podría ser distinto, algo que bloquee o se interponga para que usted tenga feliz resolución de situaciones parecidas?

Consultante: no pues la verdad, todo el tiempo en mi mente y mi corazón lo que quiero es trabajar esa parte. Estoy a la expectativa en la eventualidad de ese tipo lograr darle el manejo más adecuado. Aunque a veces pienso que hay una línea fina entre el sentir que me faltaron al respeto, y a la vez no exaltarme. Ahí a veces me perdía un poco esta semana y me digo: ¿Qué hago? Yo puedo reaccionar, pero de una manera...

Terapeuta: A ver si lo estoy entendiendo, usted me dice si estoy en lo cierto ¿Usted siente que esa actitud necesita trabajarla más, asumir esos retos de la vida diaria, incluso algunas tensiones, que a usted lo pone a pensar el hecho de que permita que los demás pasan por encima suyo?

Consultante: Eso, eso mismo.

Terapeuta: Y eso lo pone a meditar sobre la situación sobre ¿hasta cuándo usted cede?

Consultante: De pronto no tanto hasta cuanto cedo, sino que tan bueno por mi proceso de querer cambiar permitir que me falten al respeto por no sacar esas cosas que sacaba antes; como poder encontrar un equilibrio, es decir, me faltan al respeto, pero manifestarlo sin necesidad de irrespetar a las demás personas, y sin sentirme culpable por el hecho de permitir que me irrespeten.

Terapeuta: podría de pronto equipararse a un punto medio o un punto de equilibrio, donde no se obvian sus derechos, el respeto que requiere como persona, pero tampoco altera los derechos de los demás.

Consultante: sí algo así, más o menos.

Terapeuta: ¿usted cree que puede llegar a encontrar equilibrio en esa área?

Consultante: bueno, yo creo que si

Terapeuta: yo siento que está en la búsqueda, como en ensayo y error, es decir, midiendo la posibilidad de que usted dé el brazo a torcer, pero también una posición equilibrada, no siempre es fácil buscar ese punto medio, o encontrarlo. Pero esto es como aprender que tanto ceder y me parece que está en un camino de conocerse a sí mismo, conocer sus respuestas emocionales. Es lo que se llama un proceso de autorregulación y autocontrol de emociones. También se habla de inteligencia emocional, saber leer las propias emociones que se experimentan y como lo hacen ver ante las demás de una manera, y como negociar esas emociones. En la vida práctica uno está resolviendo todo el tiempo cómo reaccionar, las respuestas ante los demás; y a la vez, los otros miran nuestras reacciones, miran como uno es. Haciendo un balance, ¿cómo califica usted esta última semana? Usted me dio como ejemplo dos situaciones interesantes y veo que hay sentimiento de logro.

Consultante: yo creo que ha sido muy positivo para mí, para mi esposa, para mis hijos, para mi núcleo familiar. El cambio se siente automáticamente, en la casa ya no se siente esa tensión, por ejemplo, antes llegó el papá, y entonces mucho cuidado no vayan a embarrarla porque el papá los va a regañar; entonces ahora ya no hay esa tensión, todo es normal.

Terapeuta: Ajá o sea que ¿Usted siente que en la casa hay un mejor ambiente?

Consultante: si ellos me lo han manifestado, me dicen “papi lo felicito, porque ahora ya no mantienes así (hrrrr) te veo más tranquilo”.

Terapeuta: ¿quién se lo dijo?

Consultante: Antonio, mi hijo.

Terapeuta: ¿ha tenido algunas sensaciones relacionadas con este acompañamiento terapéutico?

Consultante: Sí he reflexionado, tengo muchas expectativas en este tratamiento. Por ejemplo, hace ocho días al concluir la cita, uno quiere como seguir y seguir. A veces quiero que me diagnostique y que me diga que es lo que tengo, pero igual sé que eso tiene un proceso. Esto que estoy haciendo es muy importante para mí, y también es muy importante para mi familia, porque va a mejorar mucho nuestro ambiente familiar, que, aunque no es malo no puedo obviar que hay asuntos que deben mejorarse. Yo como persona tengo que solucionar todos los conflictos, la relación con mi pareja, con mis hijos, con mis hermanas, con mi mamá. Aunque no puedo mentir y no decir que me siento bajo presión, que tengo que ponerme las pilas a mejorar; y además de eso, la cuestión financiera, el trabajo, la cuestión académica. Yo siempre he dicho que he trabajado y he vivido bajo presión, porque debido a la situación financiera es muy difícil y salir a resolver todos los días, eso para mí es una presión; el estar proveyendo y solucionando en la casa, presionado a que llegue el fin de mes y no alcance la meta de lo que realmente necesita.

Terapeuta: ¿Qué aprendizajes ha tenido en esta vida de trabajar bajo presión?

Consultante: ¿De trabajar bajo presión? Muchos, ya que no es lo mismo que usted tenga un salario al final del mes, mientras que usted tiene que salir a reventar a mirar por donde es que va a conseguirlo, eso me ha ayudado a desarrollar mis habilidades, y las que no tenía a desarrollarlas. A ser más creativo y ser proactivo. Pero, por otro lado, la presión lo desgasta a uno más, está uno más tensionado.

Terapeuta: Siente que no tener seguridad financiera, sino que usted tiene que labrar las fuentes de ingreso y ser su propio jefe, ¿va con su estilo propio de hacer las cosas?

Consultante: A mí me pasa algo muy particular y es lo siguiente. Me dedico al calzado y tengo los saberes para trabarlo, tengo la maquinaria y la infraestructura, el negocio es muy nuevo, pero no tengo de un capital de trabajo. Esto me afecta porque pasa el tiempo y me afecta porque tengo que trabajar con las uñas, no he podido capitalizar y desarrollar como cualquier negocio. Aun así, he tenido que desarrollar la paciencia, le doy gracias a Dios ya que con los recursos limitados al menos me mantengo.

Terapeuta: Usted mencionó algo bien importante, esta situación le ha ayudado a explotar las habilidades, las competencias, el ingenio que requiere para los procesos de manufactura, lo cual requiere cierta habilidad para salir adelante.

Consultante: A mí por ejemplo lo que me mantiene en el mercado es el ingenio. La capacidad creativa que Dios me ha dado. Tengo un modelito de calzado y cuando ya me lo copian, tengo que producir otro diseño. Si pudiera vender a una cadena de almacenes posicionando su propia marca y

organizar los puntos de venta. Pero eso me requiere un músculo financiero del cual carezco. Esto me genera un poco de frustración, pero igual miro todo el recorrido de mi vida y veo lo que he aprendido lo puedo implementar en un momento dado. Por ejemplo, he tenido restaurante, fábrica de blusas, estampado, calzado, entonces he hecho una fusión de todos esos saberes y todo esto me arroja un buen resultado para sacar el calzado.

Terapeuta: Creo que el ingenio que aplica para el desarrollo de sus productos, también le puede servir para la vida relacional, para enfrentar decisiones que tenga que tomar en ese sentido.

Consultante: claro que sí, pero no lo había pensado así. Ahora se me abre ese panorama, siempre había visto el ingenio en relación a la productividad ligada a lo económico. Decir bueno, estamos en cosecha lulo, me voy para Timba a traer lulo; o estamos en cosecha de piña me voy al Km. 30 a traer piña, estamos en cosecha de aguacate, me voy a Roza a traer aguacates. Pero no había pensado en esa parte de decir; a bueno está ocurriendo esto aquí entonces como podemos ver una posibilidad; pero muy interesante esa pregunta.

Terapeuta: Claro, interesante porque es siempre la mente creativa pensando en soluciones ante situaciones de la vida diaria. No es algo solamente aplicado a la generación de recursos, sino también a la gestión humana. Eso suele llamarse “dejar que la vida se guíe por valores”, valores grandes que ayuden al crecimiento personal y al mejor relacionamiento con los demás, a las decisiones que se toman aún frente a todos los condicionamientos. Por ejemplo, usted me ha hablado la semana pasada de un condicionamiento que siente que le afecta bastante: vivió usted un ambiente muy violento en las relaciones que tuvo en casa cuando era un niño, un adolescente y un joven. No podemos decir “cambiamos de familia”, no podemos borrar esa parte de la biografía personal, pero ante eso sí se podemos asumir una postura, unas decisiones.

Consultante: Claro.

Terapeuta: Eso mismo pasa con la vida, las malas relaciones, las dificultades que ha tenido con otras personas no se pueden borrar, pero a partir de allí sí construir, no estamos condenados a repetir la misma historia, sino que podemos incluso practicar cambios en nosotros mismos que nos den un crecimiento personal, nos permitan aprender de las relaciones actuales y mejorar. Finalmente, usted me ha buscado para obtener un autocontrol, un dominio de sí y eso se revierte en buenas relaciones con los demás. Me parece que esa es una síntesis que podemos sacar hasta ahora. Debemos evaluar algunos otros aspectos y en las futuras sesiones podremos hacer un sondeo de las áreas de su personalidad, no para diagnosticar, sino para reconocer las áreas luminosas (positivas) y también las áreas sombreadas, que diríamos allí están los factores sobre los cuales trabajar. Teniendo claro ese perfil de personalidad o modos de ser, habrá temas para trabajar, en los cuales “A” debe aplicarse con paciencia. Mire, en corto trazo, usted ha evidenciado unos beneficios personales, la familia lo ha estado retroalimentado, lo van viendo mejorar y ser mejor persona. Eso solo como una introducción, cuánto más para mejorar, aprender de las relaciones. Pienso que estamos en buen camino, en la próxima oportunidad quizás desarrollemos un test de personalidad, pero ¿cómo se siente ahora?

Consultante: Muy bien, el solo hecho de hablar y de ser escuchado me produce mucha tranquilidad.

Terapeuta: me alegra, espero que eso se pueda seguir manteniendo. Le voy a solicitar que para la próxima vez que nos veamos piense en esas situaciones en las cuales ha tenido que enfrentar y tomar posición, es posible que alguna vez me diga que tuvo un retroceso, o siguió estable, enfrenta algún reto ¿Tiene alguna pregunta sobre los tópicos que hemos hablado?

Consultante: No, básicamente saber si en adelante me mandará algún tipo de ejercicios, ya que me siento en ocasiones algo acelerado; o también, es posible que uno tenga puntos ciegos y eso ayude a verlos mejor.

Terapeuta: Cualquier clase de ejercicios, o tareas para desarrollar en semana entre una cita u otra, luego de que hayamos colmado la etapa de valoración, y así, poder trabajar ciertos aspectos con detenimiento.

Sesión No: 3 Fecha: 09 de noviembre /15

Terapeuta: “José”, la última vez que nos vimos yo recuerdo que referiste algunos episodios en los cuales has logrado un alto control de impulsos. Me has contado con una especie de logros. Uno recuerdo muy bien que lo relacionadas con tu hijo, que habían logrado controlar tus impulsos por una rabia que habías tenido con él. Otro es referente a una cuestión de actitudes con un proveedor de materia prima de calzado. ¿Me quieres contar si ha habido otras circunstancias parecidas?

Consultante: sí, también hace como ocho días hubo algo con un conductor del Mío que luego que golpeó el espejo de mi carro siguió y yo no le dije nada; sin embargo, lo alcancé en el semáforo y le hice el reclamo. El me trató mal, yo me contuve, aunque me dio mucha rabia, yo no hice nada ni respondí como en otras ocasiones pude haberlo hecho.

Terapeuta: ¿nuevamente pasado el incidente te recriminaste por no haber hecho todo lo necesario?

Consultante: esta vez no paso como en ocasiones anteriores, está veces tuve certeza de que no debería haberlo hecho, eso me dio tranquilidad en cierta manera.

Terapeuta: me has relatado el incidente del bus del Mío, ¿tiene otra situación similar?

Consultante: pues no sé si sea similar, pero fue algo que descubrí la semana pasada y vi que desde que inicié estas charlas he estado muy reflexivo mirando mi comportamiento por qué estas reacciones y luego de estudiarlo descubrí que siempre que mis hijos hacen algo incorrecto suelo reprenderlos con correa o algo así, sentía que si no lo hacía así el regaño no estaba bien. Pero la semana pasada replanteé eso y vi que ha sido mi sistema durante mucho tiempo, pero no tiene que ser así, no tengo que hablarles tan fuerte. Esta parte muy importante la descubrí.

Terapeuta: ¿cómo considera su relación ahora con su esposa a partir de estos cambios positivos que usted ha dado?

Consultante: ha mejorado ciento por ciento. Ella me dice que he mejorado muchísimo.

Terapeuta: si yo hablo con su esposa ¿qué me dirían acerca de usted?

Consultante: Ella y yo hablamos mucho de lo que pasó en el día, ella incluso está enterada de todos mis negocios.

Terapeuta: ¿ella también es ayuda en la empresa familiar?

Consultante: sí, siempre. Aunque ahora ella se está capacitando, está estudiando.

Terapeuta: Correcto. Bueno, importante que hagas esas miradas y autoevalúes en qué áreas del comportamiento y las actitudes vas teniendo avances. Recuerda las primeras citas en que percibía un desespero por no saber qué hacer con tus reacciones agresivas. Recuerdo mucho que decías de unas actitudes agresivas que te acompañaban desde hace mucho tiempo y que ahora te impedían tener buenas relaciones.

Consultante: sí, efectivamente ahora me siento como más liviano, por ejemplo, el lio que tuve con el conductor del Mio. En otro tiempo yo había reaccionado fuerte ante todas sus injurias, pero pensé que no vale la pena ponerme a pelear.

Terapeuta: ¿quieres mencionar que propósito identificas, o, mejor dicho, qué razones hay por las cuales siente que es importante mejorar como persona?

Consultante: lo primero es que me hace estar tranquilo conmigo mismo. Estoy tranquilo de saber que estoy haciendo lo que es correcto. Aparte de eso ya no me mantengo en esa posición a la defensiva, por lo cual yo sentía que me estaban atacando y yo contrarrestaba eso.

Terapeuta: o sea, una razón para ser mejor como persona es no estar a la defensiva ¿es lo que que quieres decir?

Consultante: es que yo creo que mejorar como persona mejora todo, en lo familiar, en lo laboral, con los amigos. En cada momento en cada interacción que uno tenga se va a ver lo positivo.

Terapeuta: hay una cosa importante es que nadie produce la motivación en el ser humano como él mismo. Es decir, esa motivación no viene de afuera, si no internamente.

Consultante: sí claro. Lo que uno no haga por uno mismo nadie se lo va a ser uno, sin querer decir que los demás no sean importantes. Por ejemplo, en mi caso cuando tomé la decisión de buscar ayuda cuando vi que estaba dañando a mi familia. Entonces creo que tener eso claro me ha servido mucho.

Terapeuta: para su mejoramiento y el mejoramiento de su familia.

Consultante: Sí, claro.

Terapeuta: me interesa trabajar mucho contigo un manual denominado la formulación de biografías. Este es una especie de diario en el cual usted colocan datos personales, algunas preguntas dirigidas que han hecho darán a plantearse una forma de conocerse mejor a sí mismo. Eso le ayudará a registrar las vivencias que usted aprendió. No sé si usted tenga disponibilidad de procesar una cartilla. Ella tiene capítulos que le proponen ciertos temas. Esos aspectos nos darían la materia prima para trabajar en nuestros encuentros, ¿tienes algún inconveniente en desarrollarlo?

Consultante: no, de ninguna manera.

Terapeuta: este instrumento ayuda a escribir su biografía de vida. Claro, cuando uno ya no está hay alguien que puede contar la historia de lo que uno vivió, pero nada como dar cuenta de uno mismo sobre sus propias vivencias.

Consultante: yo siempre he querido escribir un libro de mi vida con todo lo que me ha pasado y he vivido. Sobre mi infancia y mi adolescencia. Mi etapa cuando fui de padre a los 14 años, de mi viaje a los Estados Unidos. Cuando tengo recuerdos de cada etapa comienzo a plasmarlos en mi computador.

Terapeuta: esos son recuerdos que estarán disponibles para consulta o que usted tiene guardado de manera íntima.

Consultante: mi esposa los conoce, pero hay vivencias que no quiero que mis hijos lean; por ejemplo, cuando a los diecinueve años un amigo me dijo que probará la marihuana, yo probé, aunque no me hizo sentir nada. Esa es una experiencia que puse allí pero que quiero mantener privada.

Terapeuta: esto se relaciona con una dinámica de registro de la biografía personal en términos de una bibliografía logoterapéutica. Pero este manual y facilita ir consignando ciertas experiencias por etapas.

Consultante: por ejemplo, yo con respecto a la muerte, en lo que debo tener un problema, debo tenerle pánico a la muerte y no sé si es a partir de la muerte violenta en mi papá. De allí en adelante a lo asociado con la muerte le tengo pánico.

Terapeuta: ¿usted mencionó que varias personas de su familia murieron por métodos violentos?

Consultante: sí, no sé si sea relevante pero mi padre y mis tíos estuvieron en la cárcel. También mis hermanos y yo mismo estuvimos en la cárcel. No sé si eso tenga algún hilo conductor, pero a la muerte si le tengo pánico y mucho miedo. En algunos momentos cuando estoy solo suelo preguntarme cómo será la muerte, como ser ese momento y empiezo a crear imágenes de las personas que yo sé que han muerto y pienso en la situación y me surge en el pecho una sensación extraña. Esa sensación es indescriptible y como un vacío, como una presión o una angustia. Aunque trató de tolerarla mi conciencia me dice que ese momento un día llegará. Aunque tengo un marco teológico de la muerte siento que no me quiero ir, tengo mis hijos no los quiero dejar.

Terapeuta: correcto, sin lugar a dudas puede llegar a ser un tema predominante. Si lo ve necesario cuando lleguemos a ese aspecto. Como estamos en la etapa de la valoración dentro el proceso de terapia va a ser importante es el de bien cimentada el instrumento formulación de biografías. Esta contiene temas concretos y la manera de enfocar en propósitos. Una de las cosas que es importante definir qué metas cumplidas indicarían que el proceso terapéutico ha llegado a su fin.

Consultante: yo creo que esta pregunta la tengo clara y la podría responder. El momento para hacer el cierre sería cuando logre un dominio propio sobre mis emociones, o sobre mi temperamento, o de cierta manera, sobre esa violencia o agresividad. Yo he sentido el cambio desde que hemos iniciado las asesorías. Ese sería el núcleo fundamental que debería superar y de allí vienen a otras situaciones que pueden asociarse a mi caso.

Terapeuta: lo que usted acaba de decir podríamos verlo en términos de un autodomínio, es decir, lograr auto monitoreo autocontrol que es auto distanciamiento. Este es un recurso muy importante para lograr descentrarse de la situación problemática. Como si usted pudiera de alguna forma percibirse asimismo y decir: “a “José” no le conviene esta situación por esto y por esto”.

Consultante: anoche por ejemplo noté con mi esposa que cuando las personas me hablan de cierta manera, disparan algo en mí y logra de cierta forma desequilibrarme. Le solicité y que me hablara en un tono normal, puesto que ciertas formas pueden hacer salir esas reacciones viejas en mí.

Terapeuta: eso es un buen indicador que todavía hay autocontrol en la misma relación con su esposa. Hay personas que también desarrollan ansiedad anticipatoria: ante esto que va pasar, que podría pasar, que me irán a decir. Esto es un desgaste de preocupaciones sobre cosas previas que no llevan a nada bueno.

Consultante: hay un asunto que quiero señalar y es que cuando estoy bajo mucha tensión tiendo a refugiarme en la comida. He notado que debo trabajar en ella, es decir, comer, pero solamente lo necesario.

Terapeuta: a usted le parece que en esos momentos puede llegar realmente sólo a manejar una especie de dieta. Por ejemplo, meta de bajar a cierto peso, estos elementos no aportan nada a mi sana alimentación.

Consultante: sí, pero después de algunos cambios emocionales solía dejar la dieta de una manera muy fácil. También quiero contar algo muy personal por lo que quiero escuchar su concepto. Hemos tenido la situación personal con mi cuñado y la esposa de él por lo que hemos dejado de hablarnos. No nos hablamos porque en la casa hubo una situación con la niña (hija de la esposa de 18 años) y ella recurrió a ellos, pero para mí no le dieron el consejo más adecuado. Ellos le aconsejaron que se quedara en casa y efectivamente estuvo dos días con ellos sin nuestra autorización. Nosotros pensamos que lo correcto era hablar con nosotros del asunto. A partir de allí no nos hablamos. Mis suegros han planteado un almuerzo como forma de aclimatar la situación, a mí no me parece que esa sea la manera de arreglarlo. Por tanto, no sé si vaya, ya que ellos van a tener una posición no de reconciliación y va a darse una pugna con ellos por lo cual pienso no ir. Tampoco quiero estar cerrado a aceptar que hay un espacio en el cual se pueda arreglar la situación.

Terapeuta: ¿usted ha pensado que esta comida familiar puede propiciar que se toquen temas para mejoramiento? Es decir, ver la parte positiva de la comida que se está planeando. Lógicamente, uno no comparte con las personas que uno no quiere ¿Está dispuesto a pulir la asperezas antes con ellos?

Consultante: Yo conozco más o menos a la familia y creo que no disfrutaría la comida. Tampoco creo que me quedaría callado y debemos tocar temas que son muy álgidos.

Terapeuta: es decir que se le parecería importante un acercamiento, pero no necesariamente en esa comida.

Consultante: sí, es que ellos podrían hacer entender que no ha pasado nada y eso yo no lo admito.

Terapeuta: a mí me parece que aquí está ante una enorme oportunidad para mejorar y cambiar las circunstancias. Lógicamente debería preparar el terreno para el momento de tocar el tema y limar asperezas.

Consultante: de pronto es que para mí la comida es algo muy placentero. Entonces no cuadran ambas situaciones.

Terapeuta: es posible que con su esposa hablen del tema. Si deciden que no van no hay roces, pero tampoco se arregla la situación.

Consultante: sí, y ellos pensarían: “¿ah no quisieron venir? entonces que se jodan y no nos hablamos”. Pero no sé si eso es orgullo en mí, pero lo que mis suegros quieren es propiciar un acercamiento, aunque no se encare la situación, es decir, mitigar la situación. Yo por mi parte no tengo pelos en la lengua para decir las cosas y entonces nos sentamos y hablamos.

Terapeuta: porque no hablar con su esposa y se ponen de acuerdo en que quieren hacer.

Consultante: sí, es que además es que son mis hijos y mi esposa, y ellos querrán ir.

Terapeuta: lo que veo es que usted puede aplazar el encuentro con ellos. Pero de hecho usted ¿no goza de las reuniones de ese tipo?

Consultante: a mí sí me gustan; de hecho, con mi esposa ellos ya limaron ciertas asperezas, pero no conmigo.

Terapeuta: bueno hágale con su esposa y tomen una posición.

Consultante: mi esposa es un tanto diferente a mí para ella todo está solucionado; yo sigo dándole mucha mente a la situación.

Terapeuta: es decir que ella es de una mentalidad muy práctica.

Consultante: sí, y es que yo tengo una forma muy cruda de decir las cosas.

Terapeuta: me parece que ser clarificador y directo, respetando los derechos de los demás, es saludable.

Consultante: sí, yo creo que debo ser más prudente al utilizar los términos. Pienso que para confrontar soy bueno. Siempre soy quien hace valer sus derechos y si es necesario instauró una tutela o un derecho de petición y agotó todos los recursos posibles.

Terapeuta: me parece importante esto que venimos hablando ya que no da más información sobre quién es usted y como hace las cosas de una manera más confrontativa. Evidentemente su esposa no es confrontativa como lo es usted.

Consultante: sí, yo suelo ir hasta últimas consecuencias con tal de que no se juegue con mis derechos.

Terapeuta: sí y mal sería que usted deje de ser una persona que exige el cumplimiento de sus derechos. Otra cosa es violentar a los otros en busca de sus propios intereses.

Consultante: sí, claro creo que de eso yo soy consciente.

Terapeuta: Teniendo en cuenta esos aspectos en que usted ha tenido buen desempeño, me parece conveniente advertir que ha tenido experiencias significativas de autocontrol, y actualmente apenas avanzamos en la etapa de la evaluación. Eso quiere decir que vamos por buen camino. Nos vemos la próxima semana.

Sesión No: 4 Fecha: 25 de noviembre /15

Terapeuta: La última vez usted expresó avances en algunas áreas, ¿hoy desea compartir algo nuevo acerca de los últimos días que han pasado? Así mismo, tengo para compartirle los resultados del test de autorretrato que usted proceso la vez anterior.

Consultante: en mi casa por ejemplo no se volvieron a presentar episodio de agresividad ni hacia mis hijos, ni hacía mi esposa y me siento con mucha disposición para trabajar. A veces me pierdo en situaciones en donde no sé cómo reaccionar, por ejemplo, ante una situación que hubo cuál es mi termómetro, mi nivel o punto de equilibrio para decir hasta aquí lo manejó bien, o aquí ya me están faltando al respeto. A veces me pregunto ¿el propósito de esto es que ya no reaccione ante nada? Allí por ejemplo me pierdo.

Terapeuta: ah que bien, este es un buen punto.

Consultante: si, por ejemplo, el domingo pasado tuve una confrontación con una persona jugando futbol y casi me parten la pierna. Yo le hice el reclamo a la persona e inmediatamente me hizo un gesto de grosería. Admito que no lo golpeé porque el dolor no me dejaba parar.

Terapeuta: ¿o sea que fue el dolor en la pierna lo que te detuvo para reaccionar fuerte ante el otro jugador?

Consultante: sí así es, y en ocasiones cuando no reacciono fuerte me siento como si yo no fuera así, aunque otra parte de mi piensa que es necesario.

Terapeuta: sin intentar responder a tu inquietud te formulo a su vez una pregunta, ¿qué te mueve a cambiar en lo profundo?

Consultante: que me siento bien, aunque algo en mí se rehúsa a ese cambio.

Terapeuta: te formulo la pregunta de otra manera, por ejemplo, una persona en la misma situación podría decirme lo que quiero es ser mejor padre, o es que deseo ser mejor esposo; o incluso, es que quiero ser mejor persona. Esto generalmente está conectado a un valor.

Consultante: ah claro. Es un aliciente que en mi familia mi nueva forma de ser aporta al bienestar. Es decir, por este amor que tengo a mi esposa y a mis hijos tomé la decisión de manejar otras herramientas para mejorar.

Terapeuta: también es importante que piense primero en su motivación. A veces las motivaciones son de tipo externo; por ejemplo, es que así me aceptan, mejora la familia, las relaciones con mi esposa; o, por ejemplo, puedo conservar mi empleo, pero cada uno de estos casos está conectado a un valor que tiene que ver con un valor vital. En su caso no veo que esté relacionado con razones como: Dios me reprueba, o peco, ésta sería otra lista que hay que revisar. En la medida que las motivaciones no estén conectadas con factor externo van a ser más perdurables.

Consultante: sí, yo desde pequeño tuve que mostrarme fuerte aún por asuntos de mi crianza. Por protegerme a mí mismo daba una imagen fuerte y la gente a su vez guardaba una distancia.

Terapeuta: ¿siente que usted se queda con esta versión de sí mismo o con la de malencarado?

Consultante: no, yo quiero cambiar. A veces me cuestiono mucho en mis relaciones sentimentales, por ejemplo. En los Estados Unidos yo tuve una relación de pareja con una mujer mayor, teniendo yo 20 años. Ella me hizo tanto daño, logró manipularme, yo hacía básicamente lo que ella quería.

Terapeuta: pues bien, la intención con las preguntas que yo te hago es que logre desarrollar autocomprensión y autorregulación. Por ejemplo, cuando yo te hago una pregunta cómo esta: ¿cómo te sientes después de haberme reportado que en la confrontación del partido el domingo seleccionaron y que sacaron del partido por un golpe fuerte en la canilla y en otras condiciones hubieses reaccionado mal?

Consultante: no y de hecho me sentí mal. Sentí mucha rabia, pero no me podía parar. Ya después cuando reaccioné sentí mucha pena por haber tratado mal de palabra al que me golpeó, el haberme salido de casillas me avergonzó.

Terapeuta: en un tiempo definido, 6 meses, 1 año, 2 años, no sé ¿cómo se vería usted reaccionando, habiendo por supuesto superado esa impulsividad?

Consultante: teniendo el control. Normal, me agreden en el partido y pensar que es un juego y lo tomaría como una situación normal del juego.

Terapeuta: ¿quiere usted decir que las prácticas asociadas a el fútbol van en relación con golpes y lesiones?

Consultante: en el caso mío sí, porque soy un hombre corpulento y siempre me entran duró. Yo tengo formación de futbolista de muchos años, entrené fútbol entre los 11 y 19 años de edad. Soy consciente de que es un juego y que las confrontaciones son situaciones propias del mismo y no pasa nada pues a mí siempre me han dado fuerte en el fútbol.

Terapeuta: esa área tiene que ver con la autoproyección la capacidad de verte a ti mismo cuando hayas superado la dificultad presente. Lo que además se llama autodistanciamiento.

Consultante: ayer justamente tuve una situación con un señor que me fábrica calzado. Él fue muy grosero, me trató feo y yo pensaba muchas cosas, pero me contuve. Finalmente, le dije que cuadráramos el trabajo y que no trabajábamos más juntos. Cuando lo vi así de furioso me vi reflejado y noté que mientras yo iba bajando la intensidad de las palabras él quería que yo me he enganchara en la discusión.

Terapeuta: precisamente quiero socializar con usted los resultados de la prueba autorretrato que diligenció. El autorretrato significa que uno puede verse a sí mismo a la luz de trece posibles rasgos de personalidad; los puntales altos sobre indicadores o predictores sobre las áreas en las que la persona pueda tener dificultad. El rasgo de personalidad teatral significa una búsqueda de validar ante los demás lo que sabe y lo que puede. Para usted es muy importante el concepto que los demás tengan de usted, esto como un problema sería un trastorno histriónico en cualquier escenario laboral

o familiar. En el rasgo cómodo de personalidad, aquí se una cuota de pensamiento fijo, usted dice repetidamente es que yo no me sentí a gusto con lo que le dije a esa persona, ese repensar y volver hacia la situación, aunque ello no constituya un trastorno. En cuanto a sus rasgos de personalidad agresiva el instrumento muestra que sus rasgos en conjunto apuntan a una agresividad hacia sí mismo. Usted no es una persona típicamente sádica que goza de infligir dolor o daño al otro; antes bien, que esa tendencia a cavilar y auto reprocharse es un signo de que muchas veces impulso agresivo se retrovierte hacia usted, es pasivo - agresivo. Acudiendo a una analogía, el efecto bumerán demostraría que su impulso agresivo generalmente regresa a usted. A propósito, ¿estos aspectos que he descrito de usted siente que reflejan su personalidad?

Consultante: sí, me llama la atención que esta descripción que usted hace en cuanto a lo teatral es efectivamente así. Observo que cuando soy tratado con afecto por mi esposa abrazado y contemplado es para mí un lugar seguro. Para mí es importante la aceptación de las personas, por ejemplo, cuando trabajó con algunas personas para mí es importante el ser aceptado para poder trabajar bien.

Terapeuta: si se tratara de evaluar los aspectos positivos y negativos de la personalidad, entendiéndose que éste no es un instrumento de diagnóstico si no de reconocimiento de los rasgos de personalidad, valdría la pena un emplear este instrumento al final de este proceso terapéutico, siempre bajo el interés de trabajar ciertos aspectos para el mejoramiento personal. En otras palabras, ¿se alcanza a ver usted como una versión diferente y mejorada de sí mismo, ser alguien que no reacciona impulsivamente ante las circunstancias, en efecto quisiera ser así? Esto es muy importante para proyectar los cambios que quiere producir en usted mismo.

Consultante: he observado que mi esposa ante cualquier suceso suele superarlo de manera normal en cambio yo suelo quedarme patinando en las situaciones. Por ejemplo, si alguien me cita para hablar conmigo de algún asunto al siguiente día yo me quedo rumiando todo el tiempo sobre qué asunto me ha de hablar. Es decir que me cuesta mucho trabajo mejorar ese aspecto. De otro lado otro aspecto que me preocupa demasiado es el hecho de que algún día me voy a morir y siento una sensación tan fuerte y tan desagradable que es como un pánico.

Terapeuta: en su momento eso deberá ser trabajado, en su momento. No obstante, es una pregunta importante porque usted quiere darle manejo.

Consultante: Por ejemplo, miró a mi mamá con 70 años y siento que debo estar preparado porque en cualquier momento puede partir.

Terapeuta: ¿usted diría que echarle mente a la idea le permitiría estar más preparado para afrontarlo?

Consultante: no, yo no creo. Antes creo que me atormentaría más. Yo pienso eso y le digo a mi esposa que estoy tratando aprovechar el tiempo con ella porque algún día mi mami ya no estará.

Terapeuta: lo que pasa es que la muerte es uno de esos eventos que uno no maneja, cualquier intento por manejarlo especialmente tratándose de la muerte rebasa nuestras posibilidades. Todo lo que esté por parte de sus manos manejar o cambiar o influir viene a ser un mal innecesario, porque usted no lo puede cambiar.

Consultante: en cambio dice mi esposa “mi amor uno se muere y ya”.

Terapeuta: frente a la muerte buena parte la humanidad se desentiende, lo cual en parte está bien para no volverse ansioso frente a eso. Recuerde que eso es un mal innecesario y nadie tiene control sobre eso.

Consultante: y lo peor es que hace cinco años sufro a causa de eso, aún a la muerte propia me acuesto y pienso ¿qué tal que no despierte? Quisiera saber cómo manejar esa parte que hacer para no pensar en esa idea fija. Yo mismo me digo, pero ya campo, tengo la vida, estoy vivo y no vivo tranquilo hace cinco años por estar pensando en la muerte y estoy quejando de disfrutar la vida que tengo, yo voy a disfrutar la igual así me voy a morir. Esto, aunque me tranquiliza me sigue inquietando.

Terapeuta: por eso le digo que nadie está tan preparado como para que no importe. Es traer más preocupaciones al día a día, a la vida.

Consultante: pero no había notado que era algo innecesario hasta que no hable con usted este tema.

Terapeuta: claro si usted va abrazar la idea básicamente hasta cuando quiera. Piénselo y en su momento habrá que trabajar este aspecto. Este es un tema de terapia porque es un asunto existencial. Le propongo que en las próximas semanas le pueda presentar un plan terapéutico para proponernos metas que debemos intervenir en cada sesión.

Consultante: me parece bien.

Sesión No: 5 Fecha: 27 de enero/16

Terapeuta: la última vez habíamos hecho una descripción somera sobre el test del autorretrato, faltaría una ampliación que la podemos hacer hoy.

Consultante: de acuerdo.

Terapeuta: le quería preguntar ¿cómo han sido estos dos meses que usted ha tomado esta asesoría y qué cosas ha aprendido?

Consultante: pues aparte de los episodios agresividad que disparó la búsqueda de ayuda profesional, no he tenido ocasiones en las cuales haya reaccionado agresivamente. Sin embargo, mi agresividad va unida a unas falencias que debo organizar.

Terapeuta: ¿te querías referir a una en particular?

Consultante: por ejemplo, la comida. A mí me gusta demasiado la comida, pero también me he dado cuenta que cuando estoy ansioso, o cuando tengo momentos difíciles, o cuando tengo rabia de cierta manera me refugio en la comida.

Terapeuta: ¿sigue siendo un factor de preocupación o sientes que le has dado un tratamiento a esa área de tu vida?

Consultante: bueno cuando llega esa conciencia de que lo tengo que controlar. Trató de controlar esa parte de la comida, hago una relectura de mi vida y siempre ha tenido problemas de sobrepeso. Lo que empezado a hacer primero es mejorar la alimentación, por ejemplo, suspendiendo las grasas y la gaseosa y hacer más deporte.

Terapeuta: ¿o sea que estas incrementando la dedicación a la práctica deportiva?

Consultante: sí, así es. Por ejemplo, el año pasado estuve yendo el gimnasio y bajé aproximadamente quince kilos. Mi cuerpo responde muy bien al deporte porque yo fui un deportista neto hasta los 23 o 24 años.

Terapeuta: desde la sesión anterior observadas de un posible riesgo asociado la práctica deportiva, ya que sea oportunidad al roce entre adversarios. En donde se concentran más la furia y la rabia que experimente usted mientras juega.

Consultante: es como en el palpito el corazón, en la zona el pecho.

Terapeuta: ¿ha vuelto experimentar una ocasión así?

Consultante: no y como forma de autocuidado, cuando percibo un roce no me enganchó con la situación.

Terapeuta: ¿es decir que cuando usted siente que se va salir de los cabales, es una sensación de ansiedad sobre algo que va a pasar?

Consultante: sí, como, por ejemplo, cuando asistimos a eventos grandes, donde hay mucha gente, mi esposa me dice que me desacelere.

Terapeuta: ¿esa sensación también ocurre con personas que tengan que tratar?

Consultante: sí, hay personas que es suelo asociar con esos riesgos, por ejemplo, la gente mala paga.

Terapeuta: ¿esas personas lo indisponen?

Consultante: sí, me predisponen. Algo que he ido trabajando es el hecho de no me puedo quedar callado.

Terapeuta: estas preguntas acabo de formularle tienen que ver con la auto comprensión, por ejemplo, cuando usted dice: “siento que ante la ansiedad como demasiado”. Ahora bien, ese conocimiento aplica al poder verse en situación, pero también es importante verse en relación. Por lo que puedo ver a usted le encolerizan especialmente las situaciones que tienen que ver con la injusticia, como cuando dice “le di mi trabajo para pagar a plazos, pero me incumplió”.

Consultante: sí, aún los mismos trabajadores que pertenece a un gremio muy pesado inventan muchas cosas para buscar beneficios y después salen y se van, dejan el trabajo votado.

Terapeuta: otra área importante en la de la proyección. Si yo le preguntó en cinco años ¿dónde le gustaría verse? ¿Cómo sería su vida en 5 años habiendo superado las situaciones que hoy espera avanzar?

Consultante: creo que, con mayor bienestar personal, estaré con la mente más dispuesto para realizar otras cosas.

Terapeuta: ¿qué le gustaría realizar que ahora no podido?

Consultante: por ejemplo, mi vocación, tengo la ocasión de servicio grande pero también se deriva en unos recursos económicos importantes. Siento que tengo mi vocación sacrificada por las mismas responsabilidades que tengo con mi familia. A veces he llevado las dos áreas, vocación y asistencia a la familia, pero en algunas ocasiones siento que sacrifico la uno por la otra.

Terapeuta: ¿primero que es la asistencia a la familia y luego la vocación según estoy entendiendo?

Consultante: para mí esa es fundamental satisfacer las cosas de la casa de primero que la vocación. Por ejemplo, a mí me gusta trabajar en proyectos de tipo social, pero desafortunadamente no puedo dedicarme ahora por que requieren una inversión y tiempo. Trabajar con centros de rehabilitación de drogadictos, con habitantes de calle, con oficinas de sicariato, con madres cabeza de familia, organizar comedores infantiles; y en general, a todo esto, me refiero con vocación.

Terapeuta: ¿usted ha logrado trabajar con algunas de esas poblaciones, por ejemplo, con oficinas de sicarios?

Consultante: claro, precisamente estuvimos trabajando en un proyecto en el tema de sicariato pero las dependencias del gobierno están muy politizadas y no logró salir adelante. Si esos chicos

vinculados a esos trabajos hay que sacarlos de esas zonas porque en la forma de prevenir que vuelvan al negocio.

Terapeuta: a partir de estos sueños, si en cinco años ya usted hubiese resuelto su tema familiar e individual ¿qué ocurriría con ellos?

Consultante: pues echaría a rodar un proyecto que tenemos para favorecer a niños con mi esposa y también un colegio, una fundación o una ONG para beneficio de niños.

Terapeuta: ¿te estás refiriendo a un proyecto que no sólo es de “José”, sino de la familia?

Consultante: sí claro, así es.

Terapeuta: bueno pues lo animó porque escuchándolo hablar percibo que esos sueños no están lejos de poderse alcanzar.

Consultante: sí, e incluso tenía un proyecto para jóvenes de la comunidad de Siloé para capacitación en producción de calzado; pero lógicamente, eso requiere una infraestructura y recursos.

Terapeuta: cambiando un poco el tema, habíamos hablado de retroalimentar la prueba el autorretrato, enumerar aspectos muy importantes en la necesidad identificada en usted de mostrarse, es decir captar la atención de otros.

Consultante: yo tengo muchas capacidades que Dios me han dado entre ellas la capacidad de expresarme a las personas de manera sincera y práctica. Aunque yo no tengo un gran caudal de dinero, sí puedo llegar a un industrial o comerciante presentarle la necesidad. He notado que puedo generar confianza para manejar esos apoyos y poner a trabajar las proyecciones de las personas hacia proyectos específicos.

Terapeuta: es decir, usted no sería de los que se suma a la iniciativa de otros, si no el que coloca la iniciativa.

Consultante: sí de hecho tengo unos proyectos para trabajar este año a nivel social que he socializado con mi esposa y estoy esperando el tiempo para hacerlos.

Terapeuta: respecto a la prueba quisiera subrayar un aspecto especialmente. Cuando usted tiene una reacción impulsiva, la agresión puede estar dirigida hacia sí mismo de manera predominante, en vez que hacia las personas que están en su alrededor.

Consultante: si en parte creo que eso se debe a que crecí en medio de un ambiente muy fuerte, luego fueron naciendo mis hijas, me tocó trabajar desde muy joven y en la casa el ambiente entre papá y mamá era de mucho conflicto. De alguna manera para poder protegerme me dije a mi mismo: “no me puedo dejar de nadie”. Así mismo, he notado que cuando veo a otros peleando, eso me genera angustia. Y eso automáticamente dentro de mi dispara algo, como una defensa”. Eso estoy tratando de controlarlo.

Terapeuta: he tomado nota de algo que usted dijo que era una manera de protegerse. Su contextura física, su forma de mirar le ha permitido protegerse. Una manera que encontró para protegerse del

conflicto fue acorazarse, como si dijera a sí mismo: “el que no esté a la medida de mi imagen fortachona, desistirá”.

Consultante: sí, de hecho, cuando las personas me tratan y me conocen un poco más me dicen: “uy pensábamos que usted era una persona súper malgeniada, o malosa. Ese es como un sesgo de mi personalidad o mi carácter, que me muestra así”.

Terapeuta: permítame preguntarle algo, ¿siente que usted mismo se exige mucho a sí mismo?

Consultante: sí, yo creo que me sucede.

Terapeuta: ¿quisiera referirse a eso que le sucede?

Consultante: de alguna manera mi esposa me dice: “no te des más garrote con eso, porque eso ya no lo puedes cambiar”.

Terapeuta: “No te des más garrote con eso”, ¿significa que su esposa le pide que no se exija tanto?

Consultante: Sí, después de pasada la situación sigo pensando en la forma en que debí haber actuado.

Terapeuta: aunque me ha dicho que ha logrado dar una corrección adecuada los hijos y un trato digno a la esposa, hay una dimensión de esa agresión que no perjudica a los otros, sino que se devuelve contra sí mismo, ¿se puede decir que tiene una para exigencia muy grande con usted mismo?

Consultante: mi esposa por ejemplo me dice: ““José”, todo el mundo no tiene las mismas capacidades tuyas, todos son muy diferentes”. Y yo le digo: “pero como no van a poder hacer eso tan fácil” (en el taller de zapatos).

Terapeuta: ¿podría pensarse que es como un perfeccionismo?

Consultante: No, simplemente es que las personas no definen las cosas. Por ejemplo, si se acaba el pegante, se para la producción y nadie toma la iniciativa de ir a traerlo.

Terapeuta: Bueno, yo creo que estos aspectos tratados ayudan a su autocomprensión, a la vez que me ayuda a comprenderlo mejor. No todas las personas desarrollan de la misma manera el autodistanciamiento. Intentamos que haya mucha autoevaluación por parte suya. Planeo que construyamos un plan de acción para saber a qué metas vamos a responder antes de dar por terminada esta asesoría.

Consultante: Disculpe doctor, tengo para comentarle dos episodios fuertes que han ocurrido en mi casa desde el mes de diciembre pasado. María Camila (18 años) es la hija de mi esposa per yo la cogí desde 2 años y medio, nosotros la hemos criado lo mejor posible, pero llegó a la edad en que quiere hacer su propia voluntad, se enfrenta tanto a la madre como a mí. Ya pasó el límite del respeto porque a ambos nos ha tirado. Tomamos la decisión de vivir independientes de los suegros, ya que la abuela minimiza la situación, mientras que las faltas de María Camila son realmente graves. Además, ella tiene vida sexual activa y yo le he dicho que planifique, que yo no se lo puedo

impedir ya que es mayor de edad, pero que se cuide. Esto no se ha logrado, el último episodio que sucedió fue que se voló de la casa con el novio, después de que volvió, en nuestra ausencia, metió al novio a la casa y tuvieron relaciones en la sala en la madrugada, el hermano los vio en el acto. Últimamente, en diciembre mientras entraba a la casa en la noche, el muchacho se estaba tirando por el balcón. Yo lo regañé, pero la suegra se metió a defenderla, nosotros nos fuimos de esa casa y ella se quedó viviendo con los abuelos. Hemos optado por entregar esa situación a Dios, ya que se salió de nuestras manos. Le hemos dicho que no cuente con nuestro apoyo económico si piensa realizar sus estudios.

Terapeuta: Mientras cuenta esta situación ¿siente alguna insatisfacción o incomodidad particular al pensar en ello?

Consultante: Me siento como triste, y a la vez con rabia al ver la reacción de María Camila, que, aunque se les han inculcado principios, pero llega un momento donde ellos ya quieren experimentar.

Terapeuta: ¿Usted tiene unidad de criterio con su esposa sobre las decisiones y la posición que han tomado con la hija?

Consultante: Sí, los dos nos entendemos y además yo he apoyado la decisión a ella. Mi esposa ve que es un problema para la crianza de los niños más pequeños. A ella le ha dado muy duro todo lo que ha pasado, ella ora y se fortalece, de todas maneras, ha sido un cambio difícil y muy reciente. Se le ha informado que tiene las puertas abiertas para regresar, pero adaptándose a las normas, dentro de las cuales está el respeto. Además, mi relación con los suegros es fatal.

Terapeuta: ¿La independencia que han tomado respecto al hogar de los suegros se percibe como positiva?

Consultante: Totalmente, las decisiones las tomamos nosotros sin interferencia, el ambiente es mejor. Los suegros siguen interfiriendo y son tan alcahuetas que han llegado a decirle que en el caso de que María Camila llegue a embarazarse harían lo mismo que con ella (la mamá) cuando se embarazó, la apoyarían.

Terapeuta: ¿O sea que los abuelos no asumen un papel responsable sobre la vida de María Camila? ¿Cuál es el proyecto de María Camila?

Consultante: lo único que sé es que quiere estudiar fisioterapia. Pero me llegó a decir en medio de la rabia que yo no era el papá. A partir de allí algo se rompió en mí por ella y pensé que entonces no valía la pena seguir haciendo el papel de papá para ella.

Terapeuta: bueno, considero que su esposa requiere desahogarse un poco, dadas las circunstancias.

Consultante: Sí, para mí estas citas han sido muy afortunadas, le voy a decir que busque ayuda.

Terapeuta: estoy para servirle si considera factible mis servicios profesionales para ella también.

Consultante: Para mí ha sido de mucha utilidad, y quiero que continuemos las asesorías.

Terapeuta: bueno, me parece muy bien el espacio que has logrado revisándose a sí mismo.

Consultante: Sí, esa parte de mi temperamento no me dejaba ver otras áreas en que debo mejorar, siento que desde ya he logrado mejorar en el tema de la agresividad.

Terapeuta: ah bien. Siento que debe concentrarse en un área a la vez, tanto en el mejoramiento personal, como en su área laboral. Espero que pueda ir cumpliendo sus objetivos. Bueno, el tiempo de asesoría ha concluido, ánimo y adelante. Nos vemos una próxima vez.

Sesión No: 6 Fecha: 14 de mayo /16

Terapeuta: “José”, la última vez que nos vimos hablaste de unos factores o aspectos que te motivan a cambiar, entre los cuales están la búsqueda de bienestar y el amor por los demás, pueden ser como motores que te animarían a cambiar y mencionaste que habías tenido cierto autocontrol sobre tus reacciones emocionales. Por ejemplo, una ocasión en la cual tuviste una confrontación en un partido de fútbol, en la cual quedaste en el suelo y no te pudiste levantar por un dolor en una pierna. El hecho de no poder levantarte fue mejor porque no entraste en confrontación directa, aunque te indispuso mucho que la otra persona te tratara mal de palabra. Mencionaste que tenías un área para trabajar que tenías que organizar, una de ellas era que te gustaba mucho la comida y a veces sentías que se volvía como un refugio en medio de los momentos de rabia de ansiedad y que por eso había ganado peso. Ante eso, dijiste que estabas controlando las gaseosas y que habías planeado volver a entrenar hacer deporte tres o cuatro veces a la semana. En ese momento yo te pregunté que durante el partido de fútbol en que parte de tu cuerpo sentiste más rabia y furia y me dijiste que era el pecho, como en el pálpito el corazón. En este momento me gustaría que me dijeras en qué áreas has tenido logros o en qué otras áreas debes seguir trabajando.

Consultante: Bueno, eventos propiamente en que me haya exaltado no he vuelto a tener. Pero he tenido pequeñas confrontaciones y siento que ya estoy manejando esa parte. Es decir, he tenido más tranquilidad para tomar las decisiones, las cosas las tomaba como personal porque me sentía como débil al tomarlas, siempre como a la defensiva. Entonces he trabajado esos aspectos, pero me gustaría que me diera herramientas para trabajarlo mejor. Un ejemplo puntual cuando va uno en el carro y alguien lo cierra, pensada “bueno entonces pase por encima” en cambio ahora digo “él tiene una urgencia o está de afán”. Lo veo de esa manera y entonces cambia el sentido de la situación y la forma como lo veo reaccionó.

Terapeuta: ¿podríamos pensar que aquí hay un esfuerzo tuyo por colocarte desde el punto de vista del otro?

Consultante: si efectivamente, he optado por eso siempre sin perder mi posición y poder y ponerme en la posición del otro y conocer las razones que lo llevan actuar de esa manera.

Terapeuta: En citas anteriores me relatabas que después del suceso había una especie de autorreproche, por ejemplo, “yo por qué cedí, yo porque me quedé callado, porque no dije lo que tenía que decir”. ¿Eso ha continuado?

Consultante: eso se ha reducido mucho, porque de 100 yo diría un 50. Yo diría que cuanto ocurre eso viene la vocecita, pero diría un 12.

Terapeuta: si puedes identificar que te ha ayudado a lograr eso ¿Qué crees que sería?

Consultante: mediar la consecuencia de no actuar por impulso, sino pensar en lo que pueda suceder.

Terapeuta: antes de la cita me comentaste de un temor que tienes relacionado con el día que su señora madre ya no le acompañe y la posibilidad que su mamá, por la edad que tiene, un día ya no esté; y, además, que había algo de lo que habíamos hablado aquí que te había ayudado para menguar ese temor.

Consultante: Sí, era como una ansiedad de pensar en cuando voy a morir y si muero entonces que va a pasar con mi esposa, que va a pasar con mis hijos y mi familia; y en el caso de mi mamá pensaba, “y si ella se muere, y yo ya no tengo papá, él también murió” y no sé si eso es el hilo conductor de ese temor a la muerte.

Terapeuta: ¿Qué te ha ayudado a asimilar la idea de que un día tu mamá se muera?

Consultante: pensar que la muerte es parte de la vida y es un acontecimiento que nosotros no controlamos. Tengo más preguntas que respuestas; por ejemplo, yo pienso en el corazón que está latiendo todo el tiempo y desde que nacemos lo hace sin parar, pero en el momento en que se detenga, ahí quedamos. También es muchas preguntas sobre la tierra y tantas cosas que se hacen en contra de la tierra; y yo pienso, Dios va a llegar al momento donde se va a producir una devastación, sin embargo, dentro de todos Dios trata de mantener un equilibrio.

Terapeuta: absolutamente.

Consultante: Y trato de ligar todos los acontecimientos con la muerte. También pienso las enfermedades que hay tan rara vez congénitas, tantas cosas que ocurren que el carro se quedó sin frenos y mató a alguien; y digo Dios, gracias porque al menos a mí y a mi familia no nos ha pasado nada, sin querer decir que un día no nos pueda ocurrir.

Terapeuta: O sea, el pensamiento que te ha ayudado, según entiendo, es pensar que la muerte es parte de la vida. Puedo presumir que estás ante una situación que no puedes controlar, y entonces ¿que hacer frente a ello?

Consultante: no, yo creo que aceptarlo ¿no? De todas maneras, yo creo que he sido muy controlador siempre.

Terapeuta: ¿a qué te refieres cuando dices que eres controlador?

Consultante: controlador se refiere a que a mí no me gusta dejar nada al azar. Por ejemplo, no hagamos esto porque sí no nos puede ocurrir esto otro. Siempre quiero proteger a mi familia y protegerme a mí mismo.

Terapeuta: controlador estas queriendo decir ¿tener las circunstancias controladas?

Consultante: sí, exactamente. Y a veces hay situaciones que por qué más que quieres controlar pues se van a salir de control.

Terapeuta: sí, es lo más común.

Consultante: esa parte de tener todo controlado me ha generado inconvenientes, incluso con las demás personas, pero mi posición siempre es la de proteger. No sé si yo me sentí muy desprotegido cuando estaba pequeño, no sé si esa es la razón de todo esto. En ocasiones en que quería tener la protección de mi papá o de mi mamá y no la tuve me tocó a mí enfrentar esas situaciones y protegerme mí mismo.

Terapeuta: ¿o sea que experimente hasta una sensación de desprotección cuando eras pequeño?

Consultante: sí, es así.

Terapeuta: me parece muy interesante cuando dices que ante lo incambiable o ante lo que no se puede reparar, ni tampoco se puede controlar, ahí veo que estas ante todo colocando una postura. Ante lo que uno no puede controlar lo único que puede colocar es una actitud, por ejemplo, la ansiedad. Hay cosas que no podrías cambiar como los es la muerte de tu mamá, ¿has logrado ver que has tenido un crecimiento frente a ello?

Consultante: sí, claro.

Terapeuta: ¿cómo se siente usted frente a eso?

Consultante: Yo siempre he dicho que no se puede controlar lo que la gente dice, pero uno sí puede controlar cómo reaccionar frente a lo que digan. Eso anteriormente era un discurso, ahora es una práctica en mi vida. Ahora lo digo y me esfuerzo por hacerlo.

Terapeuta: ¿de ese ejemplo que da, ¿qué sería lo que sí está en control?

Consultante: mis emociones, mis sentimientos, o sea la parte mía. El solo hecho de poder controlar mi parte en las decisiones que yo tome puede generar otra postura en la otra persona.

Terapeuta: ¿eso puede afectar positivamente?

Consultante: positivamente o negativamente.

Terapeuta: ¿cómo se ha sentido usted “José” frente lo que no puede cambiar, y que ha aprende de usted mismo?

Consultante: pues a veces cuando uno no puede cambiar algo que quisiera cambiar “x” situación, a mí por ejemplo me da como impotencia, porque a veces uno quisiera cambiar la circunstancia. Pero también en medio de esa impotencia uno dice: bueno, que opciones hay para hacer, ya no podemos cambiar esta situación, pero miremos cómo hacer para mejorarla.

Terapeuta: o sea que lo importante del asunto no está la situación como tal si no lo que está pasando dentro de uno, lo que uno puede cambiar de sí mismo, ¿a eso se refiere?

Consultante: sería mirar como que ocurrió y de lo que ocurrió que bueno nos deja eso.

Terapeuta: casi siempre lo bueno que deja tiene que ver con una actitud propia o con la forma de uno actuar.

Consultante: sí, claro sería mirar qué bueno nos deja y que podemos tomar de esa situación.

Terapeuta: pues yo siento que ahí estás trabajando en auto comprensión. Es que puedas ver que “yo antes me angustiaba por eso y perdí los estribos y la tranquilidad ante una situación parecida pero ahora” ... ¿te estás viendo a ti mismo, ¿no?

Consultante: y trato de decir las cosas de la mejor forma, antes era como sintiera, y a veces era contraproducente. Aunque tenía la razón y tenía las mejores intenciones lo decía de una manera

inadecuada, con rabia. Ahora trato de hablar de una manera pausada, en un tono de voz baja, porque antes hablaba y hablaba y de pronto me encontraba gritando y no me daba cuenta.

Terapeuta: a eso es lo que podemos también llamar autorregulación, es decir que a través de estas experiencias puedas verte a ti mismo atravesando una misma situación, pero tranquilo y pausado. Es como se esté activa en sí mismo un botón que dijera no voy a hablar de esa manera voy a suavizarlo, o voy a hacer esto, que usted piense en cómo quiere verse usted mismo en una situación similar sin empeorarlo. ¿Cómo lo hace sentir que ahora reaccione mejor ante una situación?

Consultante: no, mucho mejor. De hecho, mi esposa ya me ha felicitado porque he mejorado en varios aspectos, aunque todavía me faltan en otras áreas, pero que se me ve el cambio.

Terapeuta: si yo hablara con Viviana y le preguntará en qué aspectos ha mejorado tu esposo, ¿qué aspectos resaltaría ella de ti?

Consultante: por ejemplo, en la parte de en el carácter ya no ser tan radical, “esto tiene que ser ya y si no es ya se formó el problema”.

Terapeuta: ¿podemos llamarlo flexibilidad?

Consultante: sí, más flexible. Es decir, más condescendiente, escuchó más a los niños. Soy más tolerante, con más paciencia, más tolerancia, más reposado, más tranquilo. No tan acelerado e impulsivo, ahora más moderado.

Terapeuta: Eso que dice forma parte del mejoramiento que ha percibido de usted su esposa ¿eso incluiría si yo llamo a tu hijo y el que destacaría de ti?

Consultante: Sí, por supuesto. En la casa todo estaba tranquilo antes y llegaba el papá y ellos pensaban: ¿“y ahora qué va a decir mi papa” ?, “mucho cuidado con mi papá, con lo que vamos a decir”, en cambio ahora el papa llegó y todo pasa sin que nadie se tensione. Esto es bueno especialmente para los niños, yo ya los veo más relajados.

Terapeuta: para “José” debe ser bueno también ¿por qué lo considera?

Consultante: yo me siento más tranquilo. Me siento más feliz, esa rabia y esas cosas que llevan dentro de mí se han ido disipando. Ya no soy como antes que antes era como una bomba de tiempo que cualquier cosa hacía detonar. Ahora estoy más tranquilo.

Terapeuta: yo le atribuí al hecho de que usted ha logrado activar esos recursos personales, que pueden llamarse recursos espirituales, cada que yo hago énfasis en auto comprenderse, autorregularse, es decir autorregular las emociones y a gusto proyectarse es decir cómo le gustaría que fuese cuando estuviese frente a una situación similar. De un lado, esto tiene que ver mucho con una clase de recursos que se llama auto distanciamiento, distanciarse de sí mismo y poder automonitorearse. De otro lado, se encuentra otro recurso como es la auto trascendencia, éste ya no es un recurso que mira hacia sí mismo, sino hacia afuera. Ya no es como usted afronta una situación, sino que ahora es ¿qué lo mueve?; y generalmente uno busca un objetivo por fuera de uno mismo. Cuando te recordé que habías dicho que una motivación para el cambio era el amor por los demás, allí hay algo que está por fuera de ti mismo, los otros. También se podría pensar “yo quiero

cambiar porque quiero ser mejor por Dios”, “me quiero entregar a la causa de que yo soy un ser de luz”. Esta es otra manera de trascender que está por fuera y uno mismo si uno cree. ¿El que no cree no puede trascender entonces? la respuesta es sí puede. Lo hace en la esposa, en la familia, los hijos, en las personas que tiene cargo en su empresa, como si fuera una vocación. Los que creemos en Dios también podemos trascender en Dios. Me parece que nos tendríamos que enfocar ahora no solamente en el enriquecimiento personal; de otro lado, la autotrascendencia es cómo poderse enfocar en una misión que está frente a uno mismo. Tiene que ver con un proyecto alto, elevado; un poco como cuando me dijiste: “me gustaría darle trabajo a las personas que quieran aprender del calzado”. No solamente está pensando en su economía, sino como ayudar al otro. O enfocarse en la esposa, su comodidad, su satisfacción.

Consultante: en este tiempo yo creería me he centrado más en trabajar en mí mismo, porque para poder desarrollar mi proyecto con otras personas debo fortalecer primero mi propia empresa. Mientras más trabaje en áreas de mi vida que he logrado identificar en el tiempo y otras que he ido identificando, ha sido un tiempo para mí, para trabajar en mí y estabilizar muchas cosas que estaban ahí, pero no sabía que estaba y que simplemente pensaba que era normal, pero me he dado cuenta que me generaban comportamiento, o situaciones con la gente afuera, en este caso con mi familia mi esposa y mis hijos que son los más cercanos. Lo anterior lo he hecho sin abandonar los proyectos que espero poder realizar. De hecho, por ejemplo, algo en lo que ya inicié en la parte laboral es que antes estaba limitado en recursos, pero ya inicié un taller con siete personas trabajando allí. Eso quiere decir siete personas que están generando ingresos para su familia. Por cada uno de ellos ahora uno o dos o tres por familia.

Terapeuta: ¿en qué horarios están ellos empleados?

Consultante: de siete de la mañana a siete de la noche estamos trabajando en lo que sé hacer ahora que es el calzado.

Terapeuta: una pregunta más, hay un área que hemos trabajado que tiene que ver su salud y que te ha limitado un poco en cuanto a la movilidad. Quisieras contarme como ha sido esa situación que te has sentido limitado, que has tenido que tomar medicamentos, que te gustaría hacer muchas cosas, pero hoy no puede ser.

Consultante: aparte de esa limitación física y de los dolores en el cuerpo en la parte lumbar. Según el médico tengo la parte derecha del sistema muscular “engatillado”, prácticamente tieso.

Terapeuta: o sea, que sientes más pesadez en los movimientos del lado derecho.

Consultante: sí, algo tan sencillo como colocarme los zapatos o amarrarme los cordones me tiene que ayudar mi hijo o mi esposa. En sí el sentirme limitado para mí no es un problema en que eso me afecte mentalmente o que yo diga “miren como estoy”. El sentirme limitado me impulsa a ponerme las pilas y esforzarme más para hacer lo que estoy haciendo. Por ejemplo, a veces tengo mucho dolor, y sé que no puedo hacer muchas cosas, pero no he dejado de hacerlas.

Terapeuta: ¿y bien puedes hacerlo por ti mismo?

Consultante: para algunas cosas por ejemplo vestirme sí, algunas cosas del trabajo las algo o se quedan sin hacer y no se pueden dejar de hacer porque yo necesito los recursos financieros para mi familia; entonces las algo así me duela y me esté muriendo el dolor, pero tengo que hacerlas. Por ejemplo, yo no puedo estar más de una hora parado, pero allá en el trabajo estoy 4 o 5 horas de pie. Cuando llegó la casa llegó destruido, pero igual, pues es eso o no recibir los recursos que necesito para aportar a mi familia.

Terapeuta: ¿te has sobrepuesto aún al dolor?

Consultante: por ejemplo, ahora mismo tengo mucho dolor, aunque estoy sentado. Aunque esté sentado, parado o costado es un dolor permanente.

Terapeuta: ¿estás en tratamiento al respecto?

Consultante: sí y no. Estuve en el médico y me mandó un tratamiento muy costoso, pero ahora no tengo los recursos. Medicina alternativa, terapia y estiramientos, pero en ese momento yo no cuento con una EPS o régimen subsidiado, ni Sisbén.

Terapeuta: el tiempo que has venido sintiendo esos dolores y dificultades en tu espalda en la zona lumbar ¿es desde cuándo?

Consultante: la raíz de esto es un accidente que tuve en el 2001 en una camioneta que salí disparado y me recibió un árbol. Esto me originó una lesión y me molesta. Puedo estar 1, 2 o 3 años bien, pero de pronto reaparece.

Terapeuta: dijo usted el año 2001, ¿o sea hace quince años?

Consultante: sí, hace cuatro meses reapareció. A veces me despierto o torcido inclinado hacia el lado derecho, a veces es como una picada que no me deja manejar, ni caminar. He aprendido a convivir con ese dolor, aunque no me gusta decirlo.

Terapeuta: es parte de eso que no se puede controlar.

Consultante: Exactamente. Sólo Dios tiene poder de quitármelo; y por eso hay más opción en este momento. Cuando he tenido los recursos voy al médico y eso me sirve mucho. Cuando voy allá son más o menos 4 horas en las cuales recibo estiramiento o me aplican unos medicamentos en la espalda de aplica electricidad. El médico tiene equipos especiales que relajan la parte muscular, pero hay que esperar para volver.

Terapeuta: según le ha mencionado el médico, ¿el tratamiento debe mantenerlo por un buen tiempo?

Consultante: Pues inicialmente me programó 10 terapias. De esas 10 terapias fui a tres; es decir, tres días seguidos. Tuve que ir días seguidos por que me sentía destruido.

Terapeuta: ¿destruido significa “José” que difícilmente caminaba?

Consultante: no, no podía caminar.

Terapeuta: ¿y cómo hacía para desplazarse?

Consultante: yo me paro con un dolor intenso, entonces me subo al carro y en el sitio me ayudan a bajar. La idea es ir a diez sesiones y después sólo volver cada mes.

Terapeuta: si en este momento cambiar de posición, ¿te ayuda un poco?

Consultante: un poco, de hecho, tuve que conseguirme una silla especial en tela.

Terapeuta: y para conducir ¿cómo haces?

Consultante: es un lío, porque al conducir debo tener el pie siempre en esa posición, lo cual me produce mucho dolor. A esto unido las temperaturas en esta ciudad, los embotellamientos porque están construyendo junto en toda la ciudad, a pesar de todo eso el producto final que yo tengo después de todo ese esfuerzo es poder ofrecerle una buena calidad de vida a mi familia. Cuando hago la cuenta así, al final ya no me afecta.

Terapeuta: me imagino que ese dolor tampoco te deja ir a jugar fútbol.

Consultante: le digo la verdad, cuando yo juego unos 45 minutos a mí se me olvidan todos los males del cuerpo y corro y corro y cuando termine el partido vuelve el dolor.

Terapeuta: bien “José”, para no hacer más extensa esta entrevista me parece muy interesante todo lo que has comentado. Ahora con esta dolencia del cuerpo, se te genera un reto más.

Consultante: Doctor si hay algo que yo tengo es que ante estas pruebas yo lo que tengo es actitud y creo que la vida sigue. Por ejemplo, ayer se me dañaron dos llantas del carro y lo tengo parado.

Terapeuta: me parece muy importante haberme entrevistado contigo y me parece muy especial la forma y la actitud que le coloca frente a las vicisitudes de la vida. Espero que siga enfrentando el día a día con esa motivación y seguir explorando y trabajar bien las cosas tuyas para que puedas dirigirte hacia el interés de los demás.

Consultante: yo considero que ya a mis 41 años, por lo menos hasta que no tenga ciertos recursos básicos para trabajar en proyectos sociales, prefiero más vale trabajar en mí mismo y fortalecerme en lo personal. Una de las partes que quiero trabajar y fortalecer en la parte financiera, para poder trabajar proyectos con los presos, con los indigentes. Me gusta trabajar con ellos porque esa gente en gran porcentaje son el producto de la falta de afecto. También en los últimos meses he tenido mejor economía, anteriormente no estaba produciendo mis propios gastos, ahora tengo como un equilibrio. La idea es ir capitalizándome.

Terapeuta: me alegra mucho eso. Entonces concluyamos por hoy y nos vemos una próxima ocasión.

